Rezept

Algensalat mit Knoblauchkrokant

Ein Rezept von Algensalat mit Knoblauchkrokant, am 17.05.2025

Zutaten

- **2** kleine Knoblauchzehen
- **2 EL** Erdnusskerne
- Salz
- **2 EL** Zucker
- **1** reife Avocado
- **150 g** leicht geräuchertes Lachsrückenfilet, am Stück (ersatzweise geräucherte Lachsscheiben)
- **2 EL** Crème fraîche
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- **2 EL** Cashewkerne
- **2 EL** Sesamsamen
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- **60 g** Algen, in Salz eingelegt
- **1** große Bio-Zitrone
- 1/2 Bund Schnittlauch
- **2 Msp.** Wasabi-Paste
- Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 6 Gläser à 250 ml | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min

Zubereitung

1. Für den Krokant Knoblauch schälen, vom Keim befreien und hacken. Die Nüsse grob hacken und mit dem Sesam in einer beschichteten Pfanne goldgelb rösten. Den Knoblauch dazugeben, salzen, pfeffern und den Zucker darüberstreuen. Unter Rühren karamellisieren lassen. Der Karamell soll nicht zu dunkel werden, sonst schmeckt er bitter. Die Masse auf ein Blatt Backpapier streichen und erkalten lassen.

2. Gleichzeitig die Algen in kaltem Wasser einlegen, waschen, abtropfen lassen. Eventuelle Verschmutzungen wie Muschelstücke oder Sand entfernen. Diesen Vorgang wiederholen. Ist die Alge noch zu salzig, ein drittes Mal waschen und abtropfen lassen; die Algen sollten nicht zu lange im Wasser liegen, sonst verlieren sie ihren Geschmack. Die abgetropften Algen in mundgerechte Stücke schneiden.

3. Die Avocado halbieren, den Stein entfernen und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Zitrone heiß waschen, trocknen und die Hälfte der Schale fein abreiben, den Saft auspressen. Die Avocadowürfel in einer Schüssel mit dem Zitronensaft beträufeln. Den Lachs in kleine Würfel schneiden und unter die Avocadowürfel mengen. Den Schnittlauch waschen, trocken schleudern, in feine Röllchen schneiden und mit Wasabi und Crème fraîche vermischen. Unter den Salat mischen.

4. Die Algenstücke mit dem übrigen Salat mischen und mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und -schale abschmecken. In die Gläschen einfüllen und mit der Krokantmasse bestreuen.