

Rezept

Avocado-Mousse mit Räucherlachs

Ein Rezept von Avocado-Mousse mit Räucherlachs, am 18.06.2026

Zutaten

2 Blatt Gelatine	4 Frühlingszwiebeln
6 Sauerampferblätter	2 reife Avocados
100 g Frischkäse	1 TL Honigsenf
2 EL Weißweinessig	Salz
Pfeffer	100 g Sahne
8 Scheiben Räucherlachs	

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 460 kcal

Zubereitung

1. Gelatine nach Anweisung auflösen. Frühlingszwiebeln putzen, längs halbieren, waschen, würfeln. Sauerampfer waschen und kleinschneiden. Avocados halbieren, Steine entfernen. Fruchtfleisch auslösen.
2. Avocado mit Frühlingszwiebeln, Sauerampferblättern, Frischkäse, Honigsenf und Essig im Mixer pürieren. Salzen und pfeffern. Gelatine unterrühren. Sahne steif schlagen und unter die Avocado-creme rühren. Zugedeckt 1 Stunde kühl stellen. Räucherlachs mit Avocadomousse anrichten.