

## Rezept

# Lachs-Mango-Ceviche

Ein Rezept von Lachs-Mango-Ceviche, am 25.04.2024

## Zutaten

<b>400 g</b> sehr frisches Lachsfilet ohne Haut	<b>5</b> Limetten
<b>1</b> große Schalotte	<b>1</b> Mango
<b>1</b> rote Paprika	<b>1 kleines Bund</b> Koriandergrün
<b>2 EL</b> Olivenöl	Salz
Pfeffer	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** 4 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 340 kcal, 20 g F, 20 g EW, 14 g KH

## Zubereitung

1. Das Lachsfilet auf Gräten überprüfen und diese ggf. entfernen. Das Filet trocken tupfen, in Scheiben schneiden und in eine große Schüssel geben. Die Limetten mit der Handfläche fest über die Arbeitsfläche rollen, damit die Zellwände aufbrechen, dann die Früchte halbieren und auspressen, den Saft über den Lachs geben. Vorsichtig durchmischen und ca. 30 Min. abgedeckt kalt stellen.
2. Die Schalotte schälen und in dünne Streifen schneiden. Die Mango schälen und in mundgerechte Scheiben oder Stücke schneiden. Die Paprika waschen, halbieren, Trennwände und Kerne entfernen und die Hälften fein würfeln. Das Koriandergrün waschen, trocken schütteln und fein hacken.
3. Die vorbereiteten Zutaten zum Lachs geben. Das Olivenöl hinzufügen, alles vorsichtig vermischen, dabei mit Salz und Pfeffer würzen. Auf Tellern anrichten und mit knusprigem Baguette servieren.