Rezept

Lachstatar mit Avocado

Ein Rezept von Lachstatar mit Avocado, am 11.06.2025

Zutaten

300 g	Lachsfilet (ohne Haut)
4	Frühlingszwiebeln
2 EL	Sojasauce
2	Avocados
2 EL	roher Lachskaviar (nach Belieben)
1	Limette
1 Stück	Meerrettich oder Wasabi-Meerrettich (etwa 5 cm)
1 TL	kalt gepresstes Sesamöl
1/2 TL	feines Salz (z. B. rosafarbenes Himalaya-Salz)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 450 kcal

Zubereitung

1. Das Lachsfilet waschen, gut trocken tupfen, sehr fein hacken und in eine Schüssel geben. Den Saft der Limette auspressen und drei Viertel davon unter den Fisch rühren. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und das dunkle Grün entfernen. Die Zwiebeln in feine Ringe schneiden, ebenfalls unterrühren.

2. Den Meerrettich schälen und so viel davon auf der Küchenreibe ganz fein raspeln, dass es ½-1 EL (herkömmliche Sorte) oder ½ TL (Wasabi) ergibt. Mit der Sojasauce und dem Sesamöl zu einem würzigen Dressing verrühren und gut unter das Lachstatar mengen.

3. Die Avocados der Länge nach halbieren und die Kerne entfernen. Das Fruchtfleisch mit dem restlichen Limettensaft beträufeln, wenig salzen.

4. Anrichten: Das Lachstatar auf die Avocados verteilen, etwas Salz darüberstreuen. Nach Belieben mit dem Lachskaviar garnieren.