

## Rezept

# Mexikanisches Ceviche mit Lachs

Ein Rezept von Mexikanisches Ceviche mit Lachs, am 20.12.2025

## Zutaten

- |   |                     |        |   |
|---|---------------------|--------|---|
| 1 | Bio-Mini-Salatgurke | 2      | Jalapeño-Chilischoten                     |
| 4 | Limetten            | ½ Bund | Koriandergrün                             |
|   | Salz                |        | Pfeffer                                   |
|   | brauner Zucker      | 300 g  | Lachsfilet (ohne Haut, in Sushi-Qualität) |
| 1 | kleine rote Zwiebel | 1      | kleine feste Mango                        |
| 1 | kleine Avocado      |        |   |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 300 kcal, 19 g F, 16 g EW, 12 g KH

## Zubereitung

1. Gurke putzen und schälen, längs halbieren und Kerne mit einem Löffel herauskratzen. Das Fruchtfleisch in ca. 0,5 cm große Würfel schneiden. Chilischoten längs halbieren, Stielansatz, Kerne und Trennwände entfernen. Die Hälften waschen und grob hacken. Limetten auspressen und 100 ml Saft abmessen.
2. Koriandergrün waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und grob hacken. 3 EL davon mit dem Limettensaft, der Hälfte Gurkenwürfel und den Chilischoten fein pürieren, dabei eventuell zuerst eine halbe Schote mitpürieren, abschmecken und nach Geschmack die übrige Chili mitpürieren. Die Marinade mit reichlich Salz, Pfeffer und 2-3 Prisen Zucker abschmecken; sie sollte sehr salzig sein. Ca. 30 Min. kühl stellen.
3. Inzwischen Lachsfilet trocken tupfen, auf Gräten untersuchen und diese bei Bedarf entfernen. Den Fisch in ca. 1 cm große Würfel schneiden und in den Kühlschrank stellen. Zwiebel schälen und nicht zu fein würfeln. Die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein schneiden und ca. 1 cm groß würfeln. Die Avocado halbieren, Kern und Schale entfernen und das Fruchtfleisch ebenfalls ca. 1 cm groß würfeln.
4. Die Marinade mit Lachs, Avocado, Mango, Zwiebel und der übrigen Gurke vermengen und alles ca. 15 Min. marinieren lassen. Das Ceviche auf Teller verteilen und mit 1 EL gehacktem Koriandergrün bestreuen.