

Rezept

Peruanischer Schichtsalat

Ein Rezept von Peruanischer Schichtsalat, am 06.05.2024

Zutaten

750 g mehligkochende Kartoffeln	Salz
2 EL Öl	4 TL Limettensaft
1 grüne Chilischote	3 Stängel Koriander
2 Frühlingszwiebeln	1 reife Avocado
1 Dose Thunfisch naturell (130 g Abtropfgewicht)	120 g Mayonnaise
Pfeffer	2 hart gekochte Eier in Vierteln

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 570 kcal, 44 g F, 17 g EW, 26 g KH

Zubereitung

1. Kartoffeln schälen, waschen und in wenig Salzwasser 25 Min. garen. Abgießen, mit Öl, 2 TL Limettensaft und Salz zu Püree stampfen.

2. Chili entkernen, waschen und würfeln. Koriander waschen, trocken schütteln und hacken. Frühlingszwiebeln putzen, waschen, in Ringe schneiden. Avocadofruchtfleisch würfeln, mit vorbereiteten Zutaten und 1 TL Limettensaft mischen, salzen. Thunfisch abgießen. Mayonnaise mit übrigem Limettensaft, Salz und Pfeffer würzen. Püree auf vier Teller setzen. Avocado, Fisch, Eier und Mayonnaise daraufschieben.