

Gebeizter Lachs mit Apfel-Avocado-Tatar

Für zwei Personen

Für den Lachs:

200 g Lachsfilet, ohne Haut	2 Tomaten	2 Schalotten
100 g Cashewkerne	150 ml weißer Balsamico	3 EL dunkles Sesamöl
2 EL Olivenöl	1 EL steir. Kürbiskernöl	1 TL geröst. Korianderkörner
2 EL Zucker	Salz	Pfeffer

Für das Apfel-Avocado-Tatar:

1 grüner Apfel	1 Avocado	2 Limetten
1 rote, scharfe Chilischote	1 EL weißer Balsamicoessig	50 ml Orangenessig
$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur:

1 Beet Shiso-Kresse

Für das Tatar Äpfel waschen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Avocado schälen, entkernen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Beides in eine Schüssel geben. Saft einer halben Limette auspressen und mit dem Orangenessig unter die Apfel- und Avocadowürfeln mischen. Chilischote halbieren, entkernen und eine Hälfte fein würfeln. Limette waschen und abtrocknen und etwas Schale abreiben. Chiliwürfel und Limettenabrieb ebenfalls unterheben. Tomaten waschen, abtrocknen und vom Strunk befreien. Die Haut der Tomate kreuzweise einritzen und in kochendem Wasser blanchieren. Haut abziehen, Tomaten vierteln, entkernen und klein würfeln. Die andere Limettenhälfte sowie die zweite Limette auspressen. Schalotten schälen und klein würfeln. Korianderkörner in einem Mörser zerstoßen. Zucker in einer Pfanne goldbraun karamellisieren. Schalotten und Koriander zugeben mit Limettensaft ablöschen mit Salz und Pfeffer abschmecken und zwei bis drei Minuten köcheln lassen.

Tomatenwürfel mit in die Pfanne geben und kurz durchschwenken. Vom Herd nehmen und in eine Schüssel geben. Oliven-, Sesamöl und Balsamicoessig dazu geben und verrühren. Cashewkerne in einer Pfanne ohne Öl anrösten. Heraus nehmen, grob hacken, zu den Tomaten in die Schüssel geben und verrühren.

Lachsfilet in dünne Scheiben schneiden und flach auf zwei Tellern auslegen. Die noch lauwarmer Tomaten-Vinaigrette über dem Fisch verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Apfel- und Avocadowürfel kurz vorm Servieren mit Salz, Pfeffer und etwas Chili abschmecken. Das Tatar mit Hilfe eines Anrichters auf den Lachs setzen.

Gebeizten Lachs mit Apfel-Avocado-Tatar auf Tellern anrichten, mit Shisokresse garnieren und servieren.

Lydie Penez am 18. Mai 2016