

Lachsforellen-Tatar mit Avocado, Rösti, Kräuter-Quark

Für zwei Personen

Für das Tatar:

200 g Lachsforellenfilets	1 Frühlingszwiebel	1 Knoblauchzehe
$\frac{1}{2}$ Ingwerknolle	1 Limette	Schnittlauch, nach Bedarf
Zucker, nach Bedarf	1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Rösti:

3 vorw. festk. Kartoffeln	1 kleine Zwiebel	1 Zweig Thymian
Butterschmalz	Salz	Pfeffer

Für den Quark:

1 Knoblauchzehe	$\frac{1}{4}$ Limette	1 Apfel (nicht mehlig)
1 rote Chilischote	4 Zweige Schnittlauch	4 Zweige Petersilie
4 Zweige Kerbel	4 Zweige Sauerampfer	4 Zweige Kresse
1 TL Honig	100 g Speisequark	Milch, Salz, Pfeffer

Für die Garnitur:

1 Avocado	1 Limette	Pfeffer
-----------	-----------	---------

Für das Tatar:

Die Lachsforellenfilets waschen, trockentupfen und fein würfeln. Den Knoblauch abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Die Fischwürfel mit Salz, Pfeffer, Zucker und Knoblauch vermengen und im Kühlschrank ziehen lassen. Nun den Ingwer schälen und fein reiben.

Frühlingszwiebel und Schnittlauch in feine Ringe schneiden. Einige Zesten der Limette schälen und beiseitelegen. Nun die Limette halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Limettensetzen, Saft und Olivenöl vermengen. Die Fischmasse aus dem Kühlschrank nehmen und mit dem Limettensaft vermengen. Die Masse in je einen Servierring hineingeben.

Für die Rösti:

Die Kartoffeln schälen und grob reiben. Zwiebel abziehen und fein reiben.

Die Kartoffeln mit den Zwiebeln vermengen und in einer heißen Pfanne mit etwas Butterschmalz anbraten. Die Oberseiten der Rösti mit Salz und Pfeffer würzen. Thymian abbrausen, trockenwedeln und klein hacken.

Ebenfalls auf die Rösti streuen und wenden. Rösti 5-6 Minuten fertig braten.

Für den Quark:

Die Kräuter abbrausen und klein hacken. Die Knoblauchzehe abziehen und ebenfalls klein hacken. Die Chilischote längs aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien und $\frac{1}{4}$ der Chili in kleine Würfel schneiden. Nun den Apfel waschen, von Enden und Kerngehäuse befreien und $\frac{1}{3}$ des Apfels in kleine Würfel schneiden. Die Limette halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Alles vermengen und die Masse mit Quark, Milch, Honig und Limettensaft vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

Die Avocado schälen, vom Kern befreien und in Würfel schneiden. Die Limette halbieren, auspressen und den Saft auffangen. $\frac{1}{4}$ des Saftes über die gewürfelten Avocado-Würfel geben und mit Pfeffer abschmecken.

Die Würfel auf das Tatar geben und mit dem Rösti und Dip servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Christian Fitzek am 24. August 2021