

Flusskrebs-Lachs-Salat mit Avocado, Rösti, Wachtelei

Für zwei Personen

Für die Miso-Mayonnaise:

1 Zitrone, Saft	1 Ei	1 TL Senf
2 TL Misopaste	150 ml Rapsöl	

Für die Rösti:

200 g festk. Kartoffeln	60 g Parmesan	Muskatnuss
Öl	Salz	Pfeffer

Für den Salat:

150 g Lachs, ohne Haut	100 g vorgek. Flusskrebse	1 Avocado
$\frac{1}{2}$ Gurke	1 Limette, Abrieb, Saft	1 EL Schmand
2 TL Miso-Mayonnaise	2 EL Sojasauce	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch
$\frac{1}{4}$ Bund Dill	Sesam	1 kleine Prise Zucker
Salz	Pfeffer	
Für das Wachtelei:	2 Wachteleier	2 EL Essig

Für die Miso-Mayonnaise: Die Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Einen Spritzer Zitronensaft, Ei, Öl, Senf und Misopaste in einen hohen Mixbehälter geben. Pürierstab auf dem Boden ansetzen, auf höchste Stufe stellen und vom Boden des Mixbehälters langsam nach oben ziehen. In eine Spritzflasche umfüllen und kalt stellen.

Für die Rösti: Kartoffeln schälen und raspeln. Parmesan reiben und mit den Kartoffeln vermengen. Mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen. Falls sich Flüssigkeit absetzt, diese abschütten. Kleine Kleckse davon in einer Pfanne knusprig anbraten und auf Küchentrepp abtropfen lassen.

Für den Salat: Den Lachs und die Flusskrebse in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Schnittlauch in Röllchen schneiden und dazu geben. Mit etwas Sojasauce marinieren. Schmand und die hergestellte Miso-Mayonnaise dazugeben. Etwas Schale von der Limette fein darüber reiben. Alles gut vermengen.

Limette halbieren und 1 EL auspressen. Dill fein hacken. Gurke schälen, halbieren, aushöhlen und würfeln. Avocado halbieren, vom Kern befreien und würfeln. In einer zweiten Schüssel beides mit Limettensaft, Zucker, Salz, Pfeffer und Dill marinieren. Alles verrühren und die Avocado dabei ganz leicht andrücken, damit sich eine etwas schmierige Marinade bildet.

Es sollten aber noch große Stücke übrigbleiben.

Lachs mit Flusskrebsen in einem Ring unten anrichten und darüber den Avocado-Gurkensalat geben. Sesam anrösten und darüber streuen.

Für das Wachtelei: Wasser mit Essig in einem Topf kurz aufkochen und den Herd wieder etwas herunter drehen, sodass es gerade nicht mehr kocht. Die Wachteleier öffnen und einzeln in jeweils eine kleine Schüssel geben. Im heißen Wasser einen Strudel erzeugen und Wachteleier hineinplumpsen lassen. Das Eiweiß, das ggf. zu viel ist, abschöpfen. Nach 1 Minute die Wachteleier vorsichtig entnehmen.

Mareike Simon am 04. März 2025