

# Roh mariniertes Lachs, Avocado-Creme, Wasabi-Rahm-Gurken

**Für zwei Personen**

**Für den Lachs:**

1 Lachsfilet ohne Haut à 300 g      2 EL Honig      2 EL Sojasauce

**Für die Avocado-Creme:**

1 Avocado      1 TL Weißweinessig      Salz

**Für die Wasabi-Rahm-Gurken:**

1 Gurke      20 g Schmand      2 TL Weißweinessig  
1 TL Wasabi-Paste      Salz

**Für die Garnitur:**

$\frac{1}{2}$  Bund Koriander       $\frac{1}{2}$  Bund Minze      50 g Pankobrösel

**Für den Lachs:**

Den Lachs waschen und trocken tupfen. Für die Marinade Honig und Sojasauce glatt rühren und in einen tiefen Teller geben. Den Fisch für ca. 10 Minuten in die Marinade legen, dann wenden und erneut für 10 Minuten kalt stellen. Fisch aus der Marinade nehmen, vorsichtig mit einem Küchentuch abtupfen und die Oberfläche des Filets leicht flambieren. Anschließend in Tranchen schneiden und noch einmal durch die Marinade ziehen. Restliche Marinade beiseitestellen.

**Für die Avocado-Creme:**

Avocado halbieren und den Kern entfernen. Das Fruchtfleisch mit Weißweinessig zu einer feinen Creme pürieren und mit Salz abschmecken. Die Creme in einen Spritzbeutel füllen und bis zum Servieren kalt stellen.

**Für die Wasabi-Rahm-Gurken:**

Gurke waschen, schälen und halbieren. Mit einem Löffel von den Kernen befreien und anschließend fein schneiden. Geschnittene Gurke reichlich salzen, in ein sauberes Geschirrhandtuch geben und ca. 10 Minuten in den Kühlschrank stellen. Anschließend das Handtuch kräftig auswringen, sodass das überschüssige Wasser der Gurken austritt. Die Gurken in eine Schale geben und mit Schmand, Wasabi und Essig verrühren. Mit Salz abschmecken.

Wenn Sie einen Gurkensalat zubereiten, egal ob auf Rahmbasis oder einfach mit Essig und Öl, sollten Sie immer das Kerngehäuse entfernen, die Gurke einsalzen und ihr so das überschüssige Wasser entziehen. Das Ergebnis: Der Salat wird schön cremig und nicht wässrig.

**Für die Garnitur:**

Koriander und Minze abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Die Kräuter in eine kleine Schale geben und mit 2 TL von der zuvor hergestellten Fisch-Marinade verrühren. Brösel in einer fettfreien Pfanne anrösten.

Den flambierten Fisch auf Wasabi-Rahm-Gurken und mit Avocado-Creme anrichten, mit frischen Kräutern und Brösel garnieren.

Alexander Kumptner am 09. August 2019