

Tatar von der Eismeer-Forelle und Avocado

Für 4 Personen

Vinaigrette:

1 Zitrone	1 Römersalat, klein	1 Knolle Knoblauch
2 Zweige Eisenkraut	1 TL Ahornsirup	100 ml Olivenöl
Wasabi	Meersalz	Zitrone

Tatar:

1 Zitrone	400 g Lachsforellenfilet	4 EL Schnittlauchröllchen
4 EL Olivenöl	2 Avocado, reif	Meersalz
Pfeffer	Römersalat-Herzen	Salatblätter
Blüten, essbar		

Vinaigrette:

Den Saft der Zitrone auspressen. Den Römersalat putzen, waschen, in kochendem Salzwasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Die Knoblauchknolle mit dem Zitronensaft einkochen lassen. Die blanchierten Salatblätter ausdrücken und in der Küchenmaschine mit den abgezupften Verveineblättern, dem Ahornsirup, Olivenöl und Knoblauch-Zitronensaft fein pürieren. Sollte die Masse etwas zu dick sein, einfach mit etwas Wasser verdünnen. Kurz vor dem Anrichten, die Vinaigrette mit Meersalz Zitrone und Wasabi abschmecken.

Tatar:

Den Saft der Zitrone auspressen. Die Eismeer Lachsforelle parieren und in einen Zentimeter große Würfel schneiden. Die Eismeerlachswürfel und Schnittlauchröllchen in eine Schüssel geben. Mit Olivenöl, etwas Zitronensaft, Meersalz und Pfeffer abschmecken. Die Römersalat-Herzen in feine Streifen schneiden, die Avocado schälen, entkernen und würfeln. Salatstreifen und Avocadowürfel mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Olivenöl separat abschmecken. Tatar in tiefen Tellern in vier Ringe schichten. Beginnend mit den Römersalatstreifen, danach Tatar und beenden mit Avocadowürfeln. Die Salatvinaigrette angießen und mit den Salatblättern und Blüten ausgarrieren.

Cornelia Poletto am 11. Dezember 2009