

Lachs-Tatar mit Vollkornbrot, Schichtei, Frisée-Salat

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------------------|-------------------------|--------------------------|
| 200 g Lachsfilet, küchenfertig | 2 Scheiben Vollkornbrot | 1 Friséesalat |
| 1 Salatgurke | 6 Radieschen | 6 Cherrytomaten |
| 1 Chilischote | 1 Zwiebel | 1 Knoblauchzehe |
| 1 unbehandelte Limette | 2 Eier | 150 g Crème-fraîche |
| 1 TL mittelscharfer Senf | 1 Bund Schnittlauch | 1 Bund glatte Petersilie |
| Weißweinessig | Sonnenblumenöl | Olivenöl |
| Salz | schwarzer Pfeffer | |

Den Lachs waschen und trocken tupfen. Anschließend fein hacken. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und anschließend klein schneiden. Auch die Petersilie klein hacken. Dann die Chilischote der Länge nach aufschneiden, von Scheidewänden und Kerngehäuse befreien und ebenfalls klein schneiden. Die Limette abreiben und etwas Abrieb mit den restlichen Zutaten vermischen. Dann die Limette aufschneiden, den Saft auspressen und einen Teelöffel hinzufügen. Anschließend das Ganze verrühren. Die Eier aufschlagen und trennen. Dann einen Servierring in eine Pfanne mit etwas Sonnenblumenöl legen. Darin zunächst das Eiweiß mit etwas Salz und Pfeffer bei kleiner Hitze stocken lassen. Anschließend aus der Pfanne nehmen und das Eigelb genauso verarbeiten, so dass zwei Eischichten entstehen. Die Crème-fraîche mit dem verbliebenen Limettenabrieb, etwas Salz, Pfeffer und der restlichen Chili anrühren. Im Anschluss aus dem Vollkornbrot zwei große runde Scheiben ausstechen. Jeweils nacheinander das Lachstatar, die Crème-fraîche, das Eiweiß und das Eigelb darauf schichten. Das Ganze zum Schluss mit Schnittlauch und Petersilie garnieren. Den Friséesalat waschen und trocknen. Dann die Salatgurke, die Radieschen und die Tomaten waschen und klein schneiden. Mit dem Senf, dem Weißweinessig und dem Olivenöl die Vinaigrette zubereiten. Das Lachstatar mit Vollkornbrot, Schichtei und Friséesalat auf Tellern anrichten und servieren.

Kai Lohse am 07. Februar 2012