

Lachs-Filet auf Toast, Speck, Spiegelei, Avocado-Creme

Für zwei Personen

Für die Avocado-creme:

2 Avocados	1 Zitrone, davon Saft	Chiliflocken
Salz	Pfeffer	

Für den Strammen Lachs:

2 Lachsfilet mit Haut, à 125 g	4 Sch. Frühstücksspeck	1 Oxsenherz-Tomate
1 Kopf Romanasalat	1 Marokkanische Salzzitrone	2 Scheiben Toastbrot
2 Eier	50 g Frischkäse	Öl, Salz, Pfeffer

Für den Salat:

2 Orangen	2 Fenchelknollen	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Avocado-creme:

Die Avocados schälen, entkernen und zu einer Creme verarbeiten. Mit Honig, ausgepresstem Zitronensaft, Chiliflocken, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Strammen Lachs:

Lachs waschen, trockentupfen und in einer Pfanne in Öl braten. Speck ebenfalls anbraten. Toastbrot in einer Pfanne bräunen, danach rund ausstechen. Die Eier in einer beschichteten Pfanne aufschlagen und zu Spiegeleiern braten. Die Tomate in Scheiben schneiden.

Zum Anrichten nun nacheinander von unten nach oben stapeln. Zuerst das Toastbrot auf den Teller legen und mit Frischkäse bestreichen. Mit Pfeffer bestreuen und 1-2 Salatblätter darauf legen. Den Speck auflegen und mit der Tomatenscheibe belegen. Anschließend mit der Avocado-creme bestreichen. Eine dünne Scheibe Salzzitrone darauf geben und einzelne Lamellen vom Lachs auseinanderziehen und darauf legen. Mit dem Spiegelei abschließen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Salat:

Orangen schälen und Filets herausschneiden. Fenchel waschen und in kleine Stücke schneiden. Mit Orangen vermengen und mit Öl, Salz und Pfeffer abschmecken.

Rolf Häßler am 02. Mai 2023