



Räucherforellentatar mit Tomaten, Avocado und Spargel

Rezept für 4 Personen

Für das Tatar:

- 1 reife Tomate
- 1 mittelreife Avocado
- 4 Stangen weißen Spargel
- 160 g mild geräuchertes Forellenfilet
- ½ Schalotte
- 1 Msp. Rohrzucker
- 50 ml Traubenkernöl
- 50 ml Sonnenblumenkernöl
- ½ TL Sesamöl
- 50 ml milder Weißweinessig
- 1 TL Apfelessig
- 50 ml Geflügelbrühe
- ½ TL mittelscharfer Estragonenf
- 1 TL Crème fraîche
- 1 TL Zitronensaft
- 1 Estragonzweig
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Den Stielansatz der Tomate entfernen. Die Tomate kurz überbrühen, häuten und vierteln. Das Kerngehäuse ausschneiden und die Tomatenviertel in 5 mm große Würfel schneiden. Die Avocado schälen, halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch in 4–5 mm große Würfel schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln. Den Spargel blanchieren und in feine Scheiben schneiden. Die Forellenfilets auf Gräten überprüfen und vorhandene mit der Grätengange entfernen. Die Filets dann in 1,5 cm große Würfel oder Rauten schneiden.

Für die Marinade die Schalotte abziehen und in feinste Würfel schneiden. Dann Zucker mit den Ölen und den Essigen, Brühe, Senf und Crème fraîche verrühren. Mit Zitronensaft, gehacktem Estragon,

Salz und Pfeffer abschmecken. Die Tomaten- und Avocado-Würfel unter die Marinade geben und zum Schluss die Forellenstückchen unterziehen.

Das Tatar in vier Gläser verteilen.