

Pumpernickel mit Räucherfisch-Creme

Zutaten (für 4 Personen):

- 100 g kaltgeräucherter Lachs
- 100 g geräuchertes Forellenfilet
- 250 g Frischkäse
- 4 Radieschen
- 0,2 Salatgurke
- 1 Zweig Dill
- 1 Zweig Petersilie
- 1 EL frischer Meerrettich
- 1 Bio-Zitrone
- 1 kleiner (Elstar oder Cox) Apfel
- 8 Scheiben Pumpernickel

Den Lachs würfeln und die Forelle in Stücke zupfen. Radieschen und Gurke säubern und in feine Würfel schneiden. Den Apfel waschen, trocknen und das Kerngehäuse entfernen. Ebenfalls fein würfeln. Kräuter säubern, von den Stielen zupfen und hacken.

Alle vorbereiteten Zutaten in eine Schüssel geben und vorsichtig vermengen. Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und -abrieb würzen. Mit etwas frisch geriebenem Meerrettich abschmecken. Die Hälfte der Pumpernickel-Scheiben auslegen. Darauf eine dicke Schicht Räucherfisch-Creme streichen und eine zweite Pumpernickel-Scheibe legen. Den Belag an den Seiten etwas glattstreichen und die Brote diagonal zerteilen.

Zutaten für das Topping:

- 2 Zweige Petersilie
- 2 Zweige Dill
- 2 Beete Kresse
- alternativ: Sprossen
- 2 EL Olivenöl
- 1 Bio-Zitrone
- 1 TL Ahornsirup
- frischer Meerrettich
- rote Zwiebeln
- Salatgurke
- Radieschen

Kräuter waschen, trocknen und von den Stielen zupfen. Kresse aus den Schälchen schneiden. Etwas Zitronenschale abreiben und Saft ausdrücken. Beides in eine Schüssel geben und mit Olivenöl und Ahornsirup zu einer Vinaigrette verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kräuter mit der Vinaigrette beträufeln. Zwiebeln, Radieschen und Gurke säubern und in dünne Scheiben schneiden.

Sendung/Quelle: Iss besser!

Sendetermin: 07.05.2023

Koch/Köchin: Tarik Rose

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen