

Avocado-Lachstatar mit Mango und pochiertem Ei

Zutaten (für 3 Personen):

- 200 g geräucherter Lachs
- 1 Avocado
- 0.5 Mango
- 1 Schalotte
- 0.5 Bund Dill
- 1 Limette
- Salz
- Pfeffer
- 3 Eier
- 200 ml Essig
- 1 Baguette

Avocado und Mango aus der Schale lösen, entkernen und sehr klein schneiden. Miteinander vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Schalotte schälen und fein würfeln. Lachs ebenfalls sehr klein schneiden, mit den Schalotten vermengen und mit etwas Limettensaft, gehacktem Dill sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend auf Tellern in Schichten anrichten. Das geht am besten mit einem Servierring.

In einem Topf Wasser mit Essig zum Kochen bringen. Eier jeweils in eine Tasse aufschlagen. Wenn das Essigwasser kocht, die Hitze reduzieren und die Eier einzeln ins Wasser gleiten lassen. Nach circa 4 Minuten mit einer Schöpfkelle herausnehmen.

Baguette in Scheiben schneiden und entweder im Ofen oder in einer Pfanne etwas anrösten. Je nach Geschmack zuvor mit etwas Öl bestreichen und salzen. Lachstatar mit Eiern und Baguettescheiben servieren.

Sendung/Quelle: Familien-Kochduell

Sendetermin: 15.07.2022

Koch/Köchin: Catherine Löffel

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