



SEXYGLASFUTTER.DE

PARTYFOOD – FINGERFOOD – TO GO FOOD - VEGETARISCH – VEGAN - PROTEINFOOD

Lachstatar



Einkaufsliste:

Frisches Lachsfilet, ca. 300 g

Schalotten, 2

Limone, 1 Bio

Dill

Chilisalz



SEXYGLASFUTTER.DE

PARTYFOOD – FINGERFOOD – TO GO FOOD - VEGETARISCH – VEGAN - PROTEINFOOD

Lachstatar

	 einfach	 preiswert
 kalt oder warm servieren		
		

Vorbereitung:

- das Lachsfilet in kleine Würfel schneiden
- Limonensaft auspressen und den Lachs darin einlegen(mind. 3 Std. im Kühlschrank)
- die Schalotten klein würfeln und blanchieren (ca. 1 min. in heißes Wasser tauchen)
- die Limonenschale und den Dill klein hacken

Zubereitung:

- den Limonensaft vom Lachs abgießen und aufheben
- die Schalotten, den Dill und die Limonenschale mit dem Lachs gut vermischen
- mit Salz, Pfeffer und dem restlichen Limonensaft abschmecken

Tipps:

- Der Lachs gart durch die Säure des Limonensaftes („Garen mit Säure“), ist somit nicht mehr roh.
- Der Lachs sollte sehr frisch und bereits filetiert sein.
- Wildlachs eignet sich auch, sollte aufgrund des geringen Fettgehalts aber mit etwas Olivenöl beträufelt werden.



SEXYGLASFUTTER.DE

PARTYFOOD – FINGERFOOD – TO GO FOOD - VEGETARISCH – VEGAN - PROTEINFOOD

Dazu schmeckt:

- frisches Baguette
- Crostinis
- geröstete Tramezzini

Weinempfehlung:

- Trockener Chardonnay