



Gewürzlachs BBQ mit Zitronen-Avocado und Kräutersalat Team Tarik Rose

Zutaten für 4 Personen

Marinade:

1 Msp Baharat
 1 TL Baharat
 1 Msp Paprikapulver
 ½ TL Kurkuma
 ½ TL Brauner Zucker
 1 gestrichenen TL Meersalz
 ½ Bund Koriander
 ½ Bd. Petersilie
 Saft und Abrieb von einer Zitrone
 ½ rote Zwiebel
 1 EL Olivenöl

4 Stücke Lachsfilet a 150 g

1 Avocado
 Saft von einer Limette
 1-2 TL brauner Zucker
 Prise Salz
 Pfeffer aus der Mühle

50 g Kräutersalat
 Saft von einer Zitrone
 2 EL Olivenöl
 1 EL Honig
 Salz
 Pfeffer

Zubereitung

Für die Marinade alle Zutaten in einen Mixer geben und fein pürieren. Den Lachs mit der Marinade marinieren und in eine Auflaufform legen. Mit Backpapier abdecken und bei circa 70 Grad in den Ofen geben. 20 Minuten garen.

Avocado entkernen und schälen. Mit den restlichen Zutaten mixen, bis eine feine Masse entsteht. Im Kühlschrank etwas kühlen.

Den Salat in eine Schüssel legen. Die restliche Zutaten in ein Weckglas geben. Glas sicher verschließen und ordentlich Schütteln. Salat mit dem Dressing marinieren.

Mit dem Avocadomus einen Strich auf dem Teller machen. Den Lachs darauf anrichten und mit etwas Salat garnieren. Topinambur abwaschen und dünne Scheibchen abhobeln, frittieren, leicht salzen und auf den Lachs geben.



Knusperlachs mit Shanghaigurken und Avocado **Team Christian Lohse**

Zutaten für 4 Personen

1 Lachsfilet ohne Haut, Gräten, Pinbones und Tran

Sojasauce

Sesamöl

Salz

Avocado

Limette

weißer Sesam

1 Salatgurke

Chicken Chili Sauce

Salz

Zucker

Essig (rot)

Koriandergrün

gehackte gesalzene Erdnüsse

Zubereitung

Lachs salzen und in Sojasauce marinieren, von beiden Seiten kurz in Sesamöl anbraten, Lachs in Sesam rollen.

Avocado von Schale und Kern befreien und mit dem Saft einer Limette pürieren; in Spritzsack füllen und etwas kühl stellen

Gurke schälen, in lange dünne Streifen schneiden, in einer Pfanne mit Chicken Chili Sauce vermengen, alle anderen Zutaten miteinander vermengen und die Gurken aufrollen, aufrecht aufstellen und etwas Sauce aufgießen.

Abwechselnd Lachswürfel und Gurkenröllchen nebeneinander anrichten.