



## Rauchlachs-Mango-Tatar



 für 4 Personen

 ca. 20 Min.

### Zutaten

#### Mango-Tatar

1 TL Öl

1 **kleine Schalotte**, sehr fein gehackt

1 **Mango** (ca. 450 g), halbiert, 1/2 beiseite gelegt, Rest in ca. 5 mm grossen Würfeli

1 **roter Peperoncino**, entkernt, fein gehackt

1 **Limette**, nur 2 Esslöffel Saft

0.25 TL **Salz**

#### Lachs-Tatar

200 g **frisches Lachsfilet ohne Haut**, graue Fettschicht entfernt, in ca. 5 mm grossen Würfeli

1.5 TL **Limettensaft**

0.25 TL **Salz**

### ZUBEREITUNG

#### Mango-Tatar

Öl in einer beschichteten Bratpfanne warm werden lassen. Schalotten andämpfen, Mango und Peperoncino begeben, ca. 3 Min. mitdämpfen. Limettensaft begeben, kurz weiterdämpfen, Mango salzen, in einer Schüssel auskühlen.

#### Lachs-Tatar

Lachs und Limettensaft mischen, salzen. Lachstatar zugedeckt ca. 30 Min. kühl stellen.

#### Servieren:

Mango längs in feine Scheiben schneiden, als Schweif des Sterns auf Tellern anrichten. Eine Sternform (ca. 5 cm Ø) auf den Teller stellen, zuerst Mango-, dann Lachs-Tatar einfüllen, leicht andrücken, Form entfernen.

beiseite gelegte Mango

### Service

#### Dazu passen:

Brioche-Toasts.

#### Lässt sich vorbereiten:

Mango-Tatar 1/2 Tag im Voraus zubereiten, zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren. Ca. 30 Min. vor dem Servieren herausnehmen.

#### Nährwert pro Person

8 g Fett

11 g Eiweiss

11 g Kohlenhydrate

662 kJ (158 kcal)