



Rauchlachs-Avocado-Röllchen auf Kresse-Gemüse-Salat

Etwas mehr Chic und Raffinesse gefällig? Mit diesem Rezept liegen Sie genau richtig!

Vorbereitungszeit: 30 Min.
Lactosearm

Leichte Küche

Glutenfrei

Purinarm

ZUTATEN

Für 6 Personen

Röllchen:

- 1 Avocado
- 2 **Esslöffel** Limettensaft
- 1.5 **Teelöffel** Meerrettichpaste aus dem Glas
- 1 **Esslöffel** Crème fraîche
- 1 Knoblauchzehe klein
- 1 Schalotte klein
- Salz
- 300 g Rauchlachs

Kressensalat:

- 50 g Kresse
- 50 g Portulak
- 2–3 zarte Zweige Stangensellerie, je nach Grösse
- 3 **Esslöffel** Balsamicoessig weiss
- 0.5 **Teelöffel** Senf
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 2 **Esslöffel** Rapsöl
- 2 **Esslöffel** Rahm

Wenn es weniger/mehr Gäste sind

Weniger Gäste: Das Rezept in 1/2 Menge zubereiten.

Mehr Gäste: Das Rezept in 1 1/2-facher oder doppelter Menge zubereiten.

NÄHRWERT

Pro Portion

- 191 kKalorien
- 799 kJoule
- 14g Eiweiss
- 12g Fett
- 5g Kohlenhydrate

Erschienen in 12 | 2016, S. 34

ZUBEREITUNG

- 1 Die Avocado halbieren, den Stein entfernen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale lösen. Mit dem Limettensaft in einen hohen Becher geben und mischen. Meerrettich sowie Crème fraîche beifügen.
- 2 Die Knoblauchzehe und die Schalotte schälen und so fein als möglich hacken. Beide Zutaten mit dem Salz zur Avocado geben. Alles mit dem Stabmixer sehr fein pürieren. In einen Wegwerf-Spritzsack oder Gefrierbeutel füllen und 1/2 Stunde kalt stellen.
- 3 Ein Stück Klarsichtfolie auf der Arbeitsfläche auslegen. 1/2 der Rauchlachsrollen mit der Längsseite nach oben zeigend nebeneinander leicht überlappend zu einem Rechteck auslegen. Auf die gleiche Weise mit dem restlichen Lachs ein zweites Rechteck vorbereiten.
- 4 Von dem Spritz- oder Gefrierbeutel die Spitze etwa 1 cm hoch abschneiden. Die Avocadocreme in einem langen, dicken Streifen auf die untere Längsseite der beiden Lachsrechtecke aufspritzen. Den Rauchlachs mit Hilfe der Klarsichtfolie aufrollen und die Rollen in der Folie verpacken. Die Rauchlachsrollen etwa 1/2 Stunde in den Tiefkühler oder mindestens 1 Stunde in das Gefrierfach legen.
- 5 Für den Salat Kresse und Portulak waschen und sehr gut abtropfen lassen. Die Stangenselleriezweige rüsten und in hauchfeine Scheibchen schneiden.
- 6 Essig, Senf, Salz, Pfeffer, Öl und Rahm mit dem Schwingbesen zu einer Sauce mischen.
- 7 Etwa 1/4 Stunde vor dem Servieren die angefrorene Rauchlachsrolle aus dem Tiefkühler oder Gefrierfach nehmen. Mit einem in heissem Wasser vorgewärmten Messer in etwa 2 cm dicke Scheiben schneiden.
- 8 Unmittelbar vor dem Servieren den Salat mit der Sauce mischen und mit den Rauchlachsrollchen auf Tellern anrichten. Sofort servieren.

Die dekorativen Röllchen können gut vorbereitet und auch 2–3 Tage tiefgekühlt werden. In diesem Fall muss man jedoch die Lachsrolle anstatt 1/4 Stunde vor dem Servieren etwa gut 1/2 Stunde vorher herausnehmen und im Kühlschrank langsam etwas antauen lassen, bevor man sie aufschneidet.