

Räucherfischwrap mit Guacamole- Frühlingssalat und Frenchdressing

Rezept für 4 Personen

Für die Wraps:

2 reife Avocados
50 g Ingwer, geschält
1 rote große
Chilischote
2 junge Knoblauchzehen,
geschält
25 ml Sojasauce
Saft und Abrieb von
1 unbehandelten Limette
feines Salz
½ Bund frischer
Koriander

4 küchenfertige Wraps
aus dem Kühlregal mit
einem Durchmesser von
ca. 20 cm

Die Avocados der Länge nach halbieren, den Kern entfernen und mit einem Löffel das Fruchtfleisch von der Schale lösen. Zwei der Hälften in kleine Würfel schneiden. Die anderen beiden Hälften mit Hilfe einer Gabel grob zerdrücken. Den Ingwer in sehr feine Würfel schneiden. Die Chilischoten der Länge nach halbieren, das Kerngehäuse sowie Zwischenhäute entfernen und zusammen mit dem jungen Knoblauch ebenso fein würfeln. Die Sojasauce unter die Avocadocreme mischen. Nun mit Saft und Abrieb der Limette abschmecken und Avocadowürfel, Ingwer, Chili sowie Knoblauch ebenfalls unterheben. Den Koriander von den Stielen zupfen und in feine Streifen schneiden. Zum Schluss mit feinem Salz würzen und fein geschnittenen Koriander verfeinern.

Die Wraps indirekt auf dem Grill bei ca. 160°C, offenem Deckel von beiden Seiten 1-2 Minuten grillen, bis sich ein

FORUM FÜR KOCHKULTUR & LEBENSART

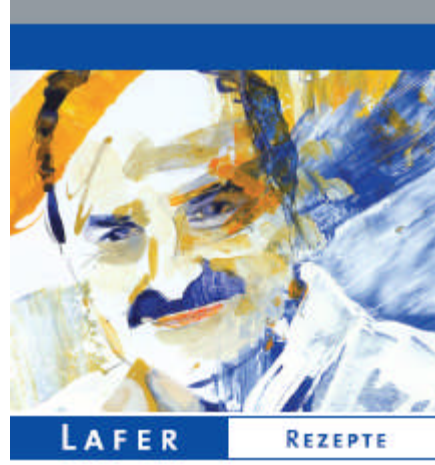
Johann Lafers Table d'Or GmbH · Hauptstraße 3 · 55452 Guldental
Tel.: 0 67 07 - 94 95-0 · Fax: 0 67 07 - 94 95-45

Amtsgericht Bad Kreuznach · HRB Nr. 34 44 · Sitz Guldental · Geschäftsführer: Johann Lafer
www.johannlafer.de · e-mail: tabledor@johannlafer.de

© Johann Lafer

LA FER

TABLE D'OR



8-12 Scheiben
Räucherlachs je nach
Größe

Grillmuster abzeichnet.

Danach auskühlen lassen und ca. 0,5 cm
dick mit Guacamole bestreichen. Jeweils
2-3 Scheiben Räucherlachs darauf legen
und von unten nach oben kompakt
aufrollen.

Für den Salat:

1 Bund Radieschen
1 Salatgurke
1 Kopfsalat
1 Bund Frühlingslauch
250 g Cocktailtomaten

Für den Salat die Radieschen vom
Blattgrün befreien und je nach Größe
sechsteln oder achteln. Die Salatgurke
der Länge nach halbieren, mit einem
Löffel das Kerngehäuse entfernen und die
Enden abschneiden. Danach die Gurke
erneut halbieren und schräg in Stücke
schneiden.

Die äußeren Blätter des Kopfsalates
entfernen, halbieren und den Strunk mit
einem V - Schnitt heraus schneiden.
Anschließend die Blätter einzeln abzupfen
und beiseite stellen. Den Frühlingslauch
putzen und in feine Ringe schneiden. Die
Cocktailtomaten vierteln.

Für das Dressing:

2 Schalotten
2 junge Knoblauchzehen

2 Eigelbe
1 TL feinen Dijon Senf

Für das Dressing Schalotten, Knoblauch
schälen und fein würfeln. Eigelb, Senf in
einer Schüssel verrühren. Das Pflanzenöl
tröpfchenweise unter ständigem Rühren

50 ml Pflanzenöl
50 g Joghurt
Saft und Abrieb von
1 Limette

FORUM FÜR KOCHKULTUR & LEBENSART

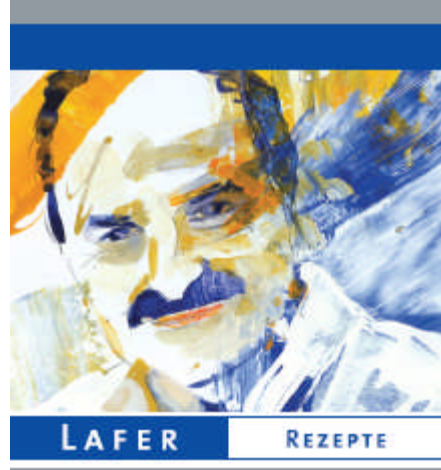
Johann Lafers Table d'Or GmbH · Hauptstraße 3 · 55452 Guldental
Tel.: 0 67 07 - 94 95-0 · Fax: 0 67 07 - 94 95-45

Amtsgericht Bad Kreuznach · HRB Nr. 34 44 · Sitz Guldental · Geschäftsführer: Johann Lafer
www.johannlafer.de · e-mail: tabledor@johannlafer.de

© Johann Lafer

LA FER

TABLE D'OR



feines Salz
1 Msp. Paprikapulver
Edelsüß
Chili a.d. Mühle

nach und nach hineinlaufen lassen.
Joghurt zugeben und mit Abrieb, Saft der
Limette, feinem Salz, Paprika und Chili
würzen.
Zum Schluss Schalotten- und
Knoblauchwürfel zugeben.

Alle Zutaten miteinander vermengen und
das Dressing vorsichtig unterrühren. Den
Salat auf die vier Teller verteilen, die
Wraps mittig halbieren und servieren

FORUM FÜR KOCHKULTUR & LEBENSART

Johann Lafers Table d'Or GmbH · Hauptstraße 3 · 55452 Guldental
Tel.: 0 67 07 - 94 95-0 · Fax: 0 67 07 - 94 95-45

Amtsgericht Bad Kreuznach · HRB Nr. 34 44 · Sitz Guldental · Geschäftsführer: Johann Lafer
www.johannlafer.de · e-mail: tabledor@johannlafer.de

© Johann Lafer

A handwritten signature in blue ink that reads 'Johann Lafer'. The signature is written in a cursive style and is enclosed within a thin, hand-drawn blue oval.

LA FER

TABLE D'OR