

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 13. August 2020 ▪**
Warenkorb „Lachskotelett, Avocado, Aubergine“ mit Björn Freitag



Manar Bdeiwi

Lachskotelett mit Avocado-Salat im Auberginenmantel

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch:

- 1 Lachskotelett, à 180 g, mit Haut
- 5 Knoblauchzehen
- 4 Limetten
- 2 Zitronen
- 8 EL Olivenöl
- 1 Bund glatte Petersilie
- Einige Chiliflocken
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Umluft vorheizen.

Fisch waschen, trockentupfen und eventuell von Haut und Gräten befreien.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Zitronen und Limetten halbieren und auspressen. Knoblauch abziehen und pressen. Knoblauch, Petersilie, Zitronen- und Limettensaft mit Olivenöl vermengen und mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken. Marinade auf den Fisch verteilen und für ca. 15-20 Minuten in den vorgeheizten Ofen geben.

Für die Beilage:

- 1 reife Avocado
- 1 Gurke
- 1 Aubergine
- 2 Limetten
- 1 Schalotte
- 200 g Crème fraîche
- 1 Zweig Thymian
- Chili, zum Würzen
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Avocado halbieren und auslöffeln, Aubergine in Scheiben schneiden, salzen und trocken tupfen.

Auberginenscheiben in der Grillpfanne von beiden Seiten grillen.

Schalotte abziehen und hacken. Gurke schälen und klein schneiden.

Limetten halbieren und auspressen. Avocadofleisch mit der Gabel zerdrücken und mit Crème fraîche, Schalotte und Gurke mischen und anschließend mit Salz, Pfeffer, Chili, Olivenöl, Limettensaft und Thymian abschmecken. Die gegrillten Auberginenscheiben mit dem Avocadosalat füllen und zusammenrollen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.