

FISCH

Forellen-Ceviche mit Avocado

von Thomas

MITTEL



ZUBEREITUNG

20 min

KOCHEN

180 min

KALORIEN PRO PORTION

198 kcal

PORTIONEN

100

Zutaten

FÜR 100 PORTIONEN

10000 g Forelle

75 St. Limetten

12½ St. Rote Zwiebel

12½ Bd. Koriander

50 St. Avocado

50 EL Olivenöl Extra Vergine

250 g Zwiebelsprossen

Anleitung

- 1 Forellen filetieren und Brustgräten entfernen. Filets enthäuten und entgräten (siehe Tipp). Filets in ca. 1 cm grosse Würfel schneiden.
- 2 Limetten auspressen. Zwiebel und Koriander hacken. Fisch, Limettensaft, Koriander und Zwiebel mischen. Ca. 3 Stunden kühl stellen.
- 3 Ceviche mit Fleur de sel und Pfeffer abschmecken.
- 4 Vor dem Servieren Avocados halbieren, Kern entfernen. Avocadohälften in Scheiben schneiden. Mit Fleur de sel und Pfeffer würzen. Mit Öl beträufeln.
- 5 Ceviche auf Avocados anrichten. Mit Sprossen bestreuen und servieren.

Tipp • Achtung: Die Forellenfilets müssen vor der Zubereitung mindestens 50 Stunden bei -18 °C tiefgefroren und vor Gebrauch wieder aufgetaut werden. Frischfisch in Rohessqualität braucht spezielle Verarbeitung. Der Fisch bleibt bei diesem Gericht nicht roh. Durch das Marinieren in der Limettensäure reagiert das Eiweiss im Fisch ähnlich wie beim Kochen.