



Linsensalat mit Lachs, Avocado und Wachtelei

Für 12 Portionen

Zutaten

300 g rote Linsen, Salz, 200 g eingelegte Kürbiswürfel (Glas), 1-2 EL Wein-Essig, 6 EL Olivenöl, Pfeffer, 4-6 Blätter Lollo Rosso, 500 g Stremellachs, 3 Avocados, 2 EL Zitronensaft, 2-3 EL Meerrettichspäne, 3 EL Sonnenblumenöl, 12 Wachteleier, evtl. 50 g Forellenkavier

Zubereitung

Linsen in Salzwasser in ca. 5 Minuten gar kochen. Durch ein Sieb abgießen und kalt abbrausen. Kürbisfleisch fein würfeln und mit den Linsen, 3 EL Kürbis-Sud, Essig und 4 EL Olivenöl verrühren. Linsensalat mit Salz und Pfeffer pikant abschmecken.

Salatblätter waschen und trocken schütteln. Fisch in mundgerechte Stücke zupfen. Avocados jeweils von Stein und Schale befreien, würfeln und sofort mit Zitronensaft und dem übrigen Olivenöl (2 EL) marinieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Linsensalat, Avocados und Fisch in Gläser schichten. Mit Meerrettichspänen und Salatblättern anrichten. Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, die Wachteleier darin zu Mini-Spiegeleiern braten. Wachteleier auf den Lachs setzen und nach Belieben mit Forellenkaviar garnieren und servieren.