



## **Lachsforellen-Fenchel-Tatar auf sommerlichen Kartoffelpuffern**

### **Zutaten (für vier Portionen):**

#### **Tatar**

2 Lachsforellenfilets, ohne Haut  
1 kleine Knolle Fenchel, mit Grün  
3-4 Limetten, unbehandelt  
1 Knoblauchzehe  
1 Chilischote  
1 kleine Schalotte  
Salz  
1-2 EL natives Olivenöl

#### **Kartoffelpuffer**

500 g festkochende Kartoffeln  
Salz  
1 kleine Zucchini  
1 Zwiebel  
Thymian  
Oregano  
2 EL schwarze Oliven  
1 Ei  
Muskatnuss  
2-3 EL Haferflocken  
Öl zum Braten

#### **Creme**

150 g Schmand  
Salz, Pfeffer  
Dill  
Grün des Fenchels  
1 Zitrone, unbehandelt  
½ TL Senf  
2 TL Forellenkaviar



### **Zubereitung (circa 35 Minuten, ohne Gar- und Wartezeiten):**

Die Lachsforelle und den Fenchel in sehr feine Würfel schneiden und in eine Schale geben. Für die Marinade Limettenabrieb, -saft, geriebenen Knoblauch, fein geschnittene Chili, gewürfelte Schalotte, Salz und Öl vermengen. Über die Lachsforellenwürfel geben, durchmischen und ziehen lassen.

Für die Kartoffelpuffer die Kartoffeln schälen, grob raspeln, salzen, gut durchkneten und etwas stehen lassen. Zucchini grob und Zwiebeln mit einer Reibe fein reiben. Gehackten Thymian und Oregano sowie in Ringe geschnittene Oliven zu der Zucchini geben. Die Kartoffeln auspressen und ebenfalls zur Zucchini geben. Das ausgetretene Wasser einen Moment stehen lassen, damit sich die Kartoffelstärke absetzt. Dann das Wasser in einem Schwung weggießen und die abgesetzte Stärke mit in die Schüssel geben. Ei, Muskatnuss und Haferflocken hinzufügen und alle Zutaten zu einer einheitlichen Masse verrühren. Kurz quellen lassen.

Die Gemüsemasse in einer Pfanne mit ausreichend Öl portionsweise zu knusprigen Talern ausbraten und auf Küchenpapier entfetten.

Für die Creme den Schmand mit Salz, Pfeffer, fein geschnittenem Dill und Fenchelgrün, Zitronenabrieb und Senf verrühren und im Kühlschrank durchziehen lassen.

Zum Anrichten Kartoffelpuffer auf einen Teller geben und mit je einer Nocke Tatar krönen. Schmand-Creme in die Mitte geben, mit Forellenkaviar und Dillzweig dekorieren und servieren.

### **Nährwerte pro Portion:**

429 kcal – 22 g Fett – 20 g Eiweiß – 36 g Kohlenhydrate

**Dieses Gericht ist pescetarisch.**