

Lieblingsgericht 8 von Edwin Brettchen: Fischsalat mit Mango und Meerrettich-Dressing

Zutaten:

250 g Matjesfilets
200 g Party-Garnelen (geschält und gekocht)
1 Mango
Viertel Landgurke
1 gehäufte EL Frischkäse
2 bis 3 EL Meerrettich-Paste (mild oder scharf, je nach Geschmack)
1 Frühlingszwiebel
Zitrone (etwas Saft und Abrieb davon)
1 EL gehackte Petersilie (frisch oder getrocknet)
Salz, Pfeffer
1 Prise Zucker
etwas neutrales Öl

Tipp zum Anrichten:

Fischsalat portionsweise in Glasschälchen füllen. Mit Garnele, Gurkenstiften und Stücken von Mango und Matjes garnieren.

Zubereitung:

Matjesfilets und Party-Garnelen trocken tupfen. Matjes in mundgerechte Stücke schneiden und direkt mit etwas Zitronensaft beträufeln. Beides wieder kalt stellen. Fruchtfleisch der Mango auslösen und in feine Würfel schneiden. Landgurke längs halbieren, dann vierteln und etwas von den inneren Kernen abschneiden. Nun die Gurke zu feinen Stiften verarbeiten. Landgurke ist fester und verwässert den Salat nicht zu sehr. Die anderen Zutaten halten den Fischsalat saftig genug. Für das Dressing den Frischkäse mit Meerrettich-Paste, fein geschnittener Frühlingszwiebel, gehackter Petersilie, der Prise Zucker und dem Saft einer halben Zitrone verrühren. Etwas Zitronenabrieb zufügen, mit Salz und Pfeffer würzen. Noch einen Schuss Öl zugeben und alles gut vermengen. Abschließend Mango, Gurke, Matjes und Garnelen unter das Dressing heben und vorsichtig miteinander vermischen. Nochmals abschmecken. Fertig ist der Fischsalat mit Mango und Meerrettich-Dressing! Bis zum Servieren kalt stellen.

Dazu passen frisches Baguette oder Pellkartoffeln sehr gut. Das Rezept ist für zwei bis drei Personen – je nach Hunger. Für mehr oder weniger rechne die Menge der Zutaten einfach hoch oder herunter.