

Gebeizter Teriyaki-Lachs mit Avocado-creme



Zubereitungszeit **1 Stunde 30 Minuten**
Kalorien pro Portion **213**

Zutaten für 4 Personen

18 ml Kikkoman Teriyaki Marinade
120 g Lachsfilet
1 Avocado
1 EL Mayonnaise
1 EL Sahne
1 Mango
1 Zweige Kerbel
9 salzige Mürbeteig-Tarteformen

Zubereitung:

1. Lachs trocken tupfen und in ca. 7 mm dicke Scheiben schneiden.
2. Mit Teriyaki Marinade in einen Gefrierbeutel geben, vorsichtig in der Marinade wenden, luftdicht verschließen und ca. 30-60 Minuten im Kühlschrank marinieren.
3. Avocado halbieren, Kern entfernen, Fruchtfleisch herauslösen und in grobe Stücke schneiden. Avocado mit Mayonnaise und Sahne fein pürieren. Mango schälen und in sehr feine Würfel schneiden.
4. Lachs abtropfen lassen, trocken tupfen und in sehr feine Würfel schneiden. Lachs- und Mangowürfel in den Tarte-Formen verteilen, Avocado-creme darüber geben und mit Kerbel garniert servieren.

Guten Appetit!