



Roh marinierter Lachs mit Koriander

Zutaten für 4 Personen:

200 g frisches Lachsfilet
1 TL Koriandersamen
abgeriebene Schale von 1 Limette
Pfeffer aus der Mühle
3 TL Olivenöl
Saft von 1/2 Limette
Koriander zum Garnieren
1 Beutel (100 g) funny-frisch Ofenchips Crème Fraîche

Zubereitung:

1. Lachsfilet in etwa 3 mm dicke Scheiben schneiden. Koriandersamen fein hacken oder in einem Mörser fein reiben. Mit der Limettenschale und etwas Pfeffer mischen. Die Lachsscheiben damit bestreuen und zugedeckt 30 Minuten im Kühlschrank marinieren lassen.
2. Lachsscheiben auf Tellern anrichten und mit Olivenöl und Limettensaft beträufeln und mit Koriander garnieren. Dazu die Ofenchips reichen.

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten + Marinierzeit

Pro Portion ca.

Kalorien: 201

Joule: 846

Protein: 10,7 g

Fett: 9,5 g

Kohlenhydrate: 18 g