

Betty Bossi

Nordisches Tatar

Vor- und zubereiten: ca. 35 Min.

- 400 g **geräucherte Forellenfilets**
- 2 **Sardellenfilets**, kalt ab gespült, abgetropft, fein gehackt
- 2 EL **trockener Vermouth** (z. B. Noilly Prat)
- 2 EL **Olivenöl**
- ½ TL **Zitronensaft**
- 2 EL **Crème fraîche**
 - 1 **frisches Eigelb**
 - 1 **Schalotte**, fein gehackt
 - 2 **Essiggurken**, fein gehackt
- 1 EL **Dill**, fein geschnitten
- ¼ TL **Salz**, wenig **Pfeffer**

1. Forellenfilets fein hacken, in eine Schüssel geben.
2. Restliche Zutaten beigegeben, mit einer Gabel gut mischen. In 4 Portionen teilen, auf Tellern anrichten.

Tipp: Mit dem Tatar und Pumpernickel-Rondellen Mini-Sandwiches formen.

Pro Portion: 14 g Fett, 23 g Eiweiss, 2 g Kohlenhydrate, 980 kJ (234 kcal)

