



Austern-Dreierlei

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|-----------------|--------|
| Zitronen | 2 St. |
| Sojasauce | 4 EL |
| Essig | 1 EL |
| Tabasco | 0.5 TL |
| Orangen | 1 St. |
| Stangensellerie | 100 g |
| Dill, frisch | 25 g |
| Olivenöl | 5 EL |
| Salz | |
| Austern | 1 kg |
| Meersalz | 1 kg |

Zubereitung

1. Zitronen waschen, trocken tupfen und jeweils in 8 Spalten schneiden. In einer kleinen Schüssel Sojasauce, Essig und Tabasco verrühren. Orange waschen, ca. 1 TL Schale abreiben. Stangensellerie waschen, trocken schütteln und klein würfeln.
2. Dill waschen, trocken schütteln, grobe Stiele entfernen, ein paar Dillspitzen für die Garnierung zur Seite legen. In einem hohen Gefäß den restlichen Dill mit Olivenöl, einer Prise Salz und dem Saft einer Zitronenspalte fein pürieren.
3. Austern mit einer Bürste putzen ggf. unter Wasser abspülen. Austern vorsichtig öffnen, hierfür die Auster mit der flachen Seite nach oben auf einem Geschirrtuch auf die Handfläche legen. Austermesser am schmalen Ende der Auster ansetzen und die Spitze zwischen die Schalen drücken. Das Messer entlang der Schale führen, sodass sich die obere Schale löst. Anschließend Austernfleisch von der Schale trennen, dafür das Messer unter die Muschel gleiten lassen. Schalenreste ggf. entfernen.
4. Einen Servierteller mit Salz auslegen, die Austern auf das Salzbett setzen. Für das Dreierlei einen Teil der Austern mit Zitronensaft beträufeln. Auf den zweiten Teil 1 TL Dillöl geben und den Rest mit 1 TL Sojadressing und mit Stangensellerie und Orangenzeste bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 288 kcal |
| Kohlenhydrate | 25 g |
| Eiweiß | 25 g |
| Ballaststoffe | 3 g |
| Fette | 11 g |