

LIMETTE

Die **Limette** (oder auch Limone oder Limonelle) ist meist etwas kleiner als ihre Verwandte, die Zitrone. Zudem scheint ihre Schale in intensiv grüner Farbe. Geschmacklich ist sie aber weniger sauer und ihr Aroma intensiver. Die grüne Farbe der Schale hat ausnahmsweise nichts mit dem Reifegrad zu tun. Beim Kauf sollte darauf geachtet werden, dass die Schale möglichst dünn, grün, glänzend und nicht spröde oder verholzt ist. Die Limette gehört botanisch gesehen zur Familie der Rautengewächse.

Entdecken Sie
die schönsten
Exoten bei EDEKA.



LIMETTE

VERWENDUNG

Limetten werden wie Zitronen verwendet. Verarbeitet werden sie in süßen wie auch herzhaften Gerichten, z.B. Desserts, Salaten oder Fisch. Ihr Saft wird häufig für die Zubereitung von Cocktails, Longdrinks und Bowlen verwendet. In Scheiben geschnitten dienen sie oft als Dekoration.

Wussten Sie schon ...

... dass Limetten mehr Saft geben, wenn Sie diese vor dem Auspressen mit der flachen Hand druckvoll hin- und herrollen?

RÄUCHERLACHS-LIMETTEN-TATAR

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 1 Lauchzwiebel
- 1 Limette
- 1 EL Rapsöl
- 250 g Räucherlachs
Salz, Pfeffer
- ¼ Beet Kresse

ZUBEREITUNG

Die Lauchzwiebel putzen und in feine Ringe schneiden. Die Limette auspressen und mit dem Öl verquirlen. Den Lachs fein würfeln, Zwiebelringe und Limettensaft unterheben, salzen und pfeffern. Das Tatar dekorativ in Schälchen oder mit Hilfe von Vorspeisenringen anrichten und mit der Kresse garnieren.

Wir wünschen Ihnen einen bewussten Genuss!

Pro Portion: 155 kcal, 2 g Kohlenhydrate, 13 g Eiweiß, 11 g Fett

TIPP

Selbst gemachte Limetteneiswürfel – bestehend je zur Hälfte aus Wasser und Limettensaft – bringen Pep in jedes Kaltgetränk. Da schmeckt selbst Mineralwasser köstlich!

Weitere Infos unter: [edeka.de/ernaehrung](https://www.edeka.de/ernaehrung)

Haltbarkeit · Lagerung

Bei Zimmertemperatur sind Limetten ca. 1-2 Wochen lagerfähig. Reife Früchte sind bei kühler Lagerung (nicht weniger als 5 °C!) einige Wochen haltbar.

Anbauländer

Brasilien, Mexiko

Nährwerte pro 100 g

kcal	Eiweiß	Fett	KH
47	0,5 g	2,4 g	1,9 g

Vitamin C: 44 mg* (55 %)

* RDA pro 100 g (RDA = empfohlene Tagesdosis für Vitamine und Mineralstoffe).