



CHEFKOCH.DE

Anzeige



Tomaten - Avocado - Salat mit gebratenen Garnelen

schnelle raffinierte Vorspeise, auch fürs Buffet geeignet

Die Tomaten waschen und würfelig schneiden. Die Avocado schälen, das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden, in eine Schüssel geben und mit zwei Esslöffeln Zitronensaft beträufeln. ~~Den Schnittlauch waschen und in Röllchen schneiden.~~ Tomaten und Schnittlauch zu den Avocadostücken geben.

zuerst marinieren inkl. Petersili / Knoblauch

Die Garnelen ^{in etwas Öl} rasch scharf braten. Den restlichen Zitronensaft, das ~~Rapsöl~~ ^{Oliveöl}, Salz, Pfeffer und Paprikapulver miteinander verrühren, über die Tomaten und Avocadomischung geben und alles vorsichtig durchmischen.

Die Garnelen auf dem Salat anrichten.

Dazu passt Baguette oder Toastbrot.

Arbeitszeit: ca. 20 Min.

Schwierigkeitsgrad: simpel

Kalorien p. P.: keine Angabe



Zutaten für 4 Portionen:

5 Tomate(n)

~~1 Bund Schnittlauch~~ *Origan*

2 Avocado(s)

4 EL Zitronensaft

4 EL ~~Rapsöl~~ *Oliveöl*

Salz und Pfeffer *Knoblauch*

½ TL Paprikapulver, rosenscharf

250 g Garnele(n), rohe, ohne Schale

Verfasser: GourmetKathi