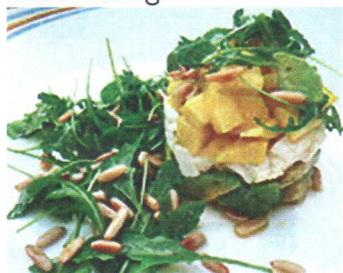


## Avocado - Mozzarella - Salat mit Mango

Zutaten für 2 Portionen:

- 50 g Pinienkerne, hellbraun geröstet ohne Fett
- 200 g Mozzarella, in 1cm große Würfel geschnitten
- 1 Mango(s), reif, geschält, in Würfel geschnitten
- 50 g Rucola, gewaschen
- 100 ml Orangensaft, frisch gepresst
- Salz
- Pfeffer
- ½ Chilischote(n), rot, in feine Ringe geschnitten, fakultativ
- 3 EL Olivenöl
- 1 EL Honig (Akazienhonig)
- 1 Avocado(s), reif, halbiert, entkernt, geschält, gewürfelt
- ½ Limette(n), den Saft

Zubereitung:



Orangensaft auf die Hälfte einkochen. Konzentrat mit Salz, Pfeffer, roter Chilischote, Olivenöl und Honig zu einer Vinaigrette verrühren. Avocadowürfel mit dem Limettensaft beträufeln, salzen + pfeffern. Zum Anrichten einen höheren Metallring auf jeden Teller setzen, und jeweils eine Lage Avocado einfüllen. Darauf zunächst Mozzarella, dann Mango geben. Das Ganze mit einem Löffel fest drücken und mit etwas Orangen-Vinaigrette beträufeln. Ring abziehen. Rucola mit der übrigen Vinaigrette in einer Schüssel anmachen und auf jedes Türmchen ein paar Rucolablätter setzen. Den Rest darum verteilen. Mit Pinienkernen bestreut sofort servieren. Wir essen dies als Hauptgericht, als Vorspeise reicht das Ganze für 4 Personen.

Arbeitszeit: 20 Min.

Koch-/Backzeit: –

Ruhezeit: –

Schwierigkeitsgrad: simpel