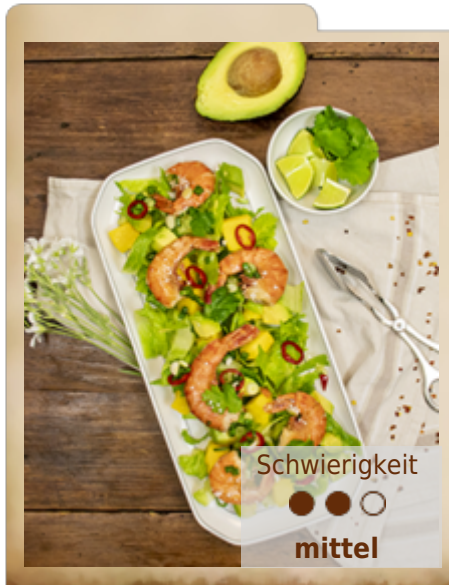




Rezepte aus der Behr Küche

SalaRico mit Gambas und Avocado-Mango



Zutaten für 4 Personen

- 1 SalaRico Salat
 - 1 reife Mango
 - 2 reife Avocados
 - 2 Frühlingszwiebeln
 - 1/2 Bund Koriander
 - 1 rote Chilischote (oder alternativ eine rote Peperoni)
 - 3 EL Weißweinessig
 - 2 EL Honig
 - Salz
 - Pfeffer
 - 300 g Gambas
 - Etwas Olivenöl zum Braten
 - 2 Knoblauchzehen
-

Zubereitung:

Mango und Avocado schälen und würfeln. Aus der Chilischote die Kerne entfernen. Die Frühlingszwiebeln und Chili in feine Ringe schneiden. Den SalaRico waschen, vierteln und in Streifen schneiden, mit der Mango und Avocado auf einer Platte oder Schale anrichten. Aus dem Essig, Honig, Chili und Frühlingszwiebeln ein Dressing anrühren und mit wenig Salz abschmecken.

Das Öl in einer Pfanne vorsichtig erhitzen (darf nicht dampfen!) und mit dem Knoblauch aromatisieren. Die Gambas darin anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und auf dem Salat verteilen.

Das Dressing über dem Salat verteilen und mit Korianderblättern dekorieren.

Guten Appetit!