



Garnelencocktail mit Kiwi

im Salatblatt mit Croûtons



ca. 25min



3-4 Personen

Zur Feier des Tages lassen wir heute einen Star der 70er-Jahre wiederauferstehen: den Garnelencocktail! Natürlich komplett mit selbst gemachter Cocktailsauce und allem Drum und Dran - und mit Letzterem meinen wir natürlich den geschmacklichen Twist, den wir uns nur so selten verkneifen können: Wir servieren den Klassiker mit fruchtigen Kiwistückchen, frischer Gurke, knusprigen Croûtons und exotischer Limette. Groovy, Baby!

Was du von uns bekommst

- 2 Burgerbrötchen ³
- 2 Pck. ASC-Garnelen, aufgetaut ¹
- 4 Kiwis
- 1 Gurke
- 2 Packungen Romanasalat
- 2 unbehandelte Limetten
- 1 Becher Joghurt ⁴

Was du zu Hause benötigst

- 3EL Tomatenketchup
- 3EL Mayonnaise ²
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Krebstiere (1), Eier (2), Gluten (3), Milch (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 438kcal, Fett 23.5g, Kohlenhydrate 36.9g, Eiweiß 20.8g



1. Croûtons zubereiten

Den Backofen auf 200°C (180°C Umluft) vorheizen. Die **Brötchen** in ca. 1cm große Würfel schneiden, auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 2EL Olivenöl und 1 kräftigen Prise Salz vermengen und im Ofen in 8-10Min. goldbraun und knusprig rösten.



4. Gurke schneiden

Die **Gurke** in ca. 1cm große Würfel schneiden. Die **Garnelen** in kleine Stücke schneiden.



2. Garnelen braten

Die **Garnelen** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei starker Hitze von allen Seiten 1-2Min. anbraten, aus der Pfanne nehmen und leicht abkühlen lassen.



3. Kiwis schneiden

Die **Kiwis** halbieren, das **Fruchtfleisch** mit einem Löffel herauslösen und in ca. 1cm große Würfel schneiden.



5. Cocktailsauce zubereiten

Die äußeren **20-24 Romanasalatblätter** vorsichtig ablösen, den **inneren Teil des Salats** fein zerschneiden. Die **Limettenschale** abreiben, **1 Limette** halbieren und auspressen. Den **Joghurt**, 3EL Ketchup und 3EL Mayonnaise mit dem **Limettenabrieb** und **-saft** verrühren und die **Cocktailsauce** mit 1TL Salz und je 1 Prise Zucker und Pfeffer würzen.



6. Garnelencocktail mischen

Die **übrige Limette** halbieren und auspressen. Die **Garnelen**, den **geschnittenen Salat**, die **Gurken** und die **Kiwiwürfel** mit der **Cocktailsauce** vermengen und mit dem **Limettensaft** sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Salatblätter** mit dem **Garnelencocktail** befüllen und mit den **Croûtons** garniert servieren.