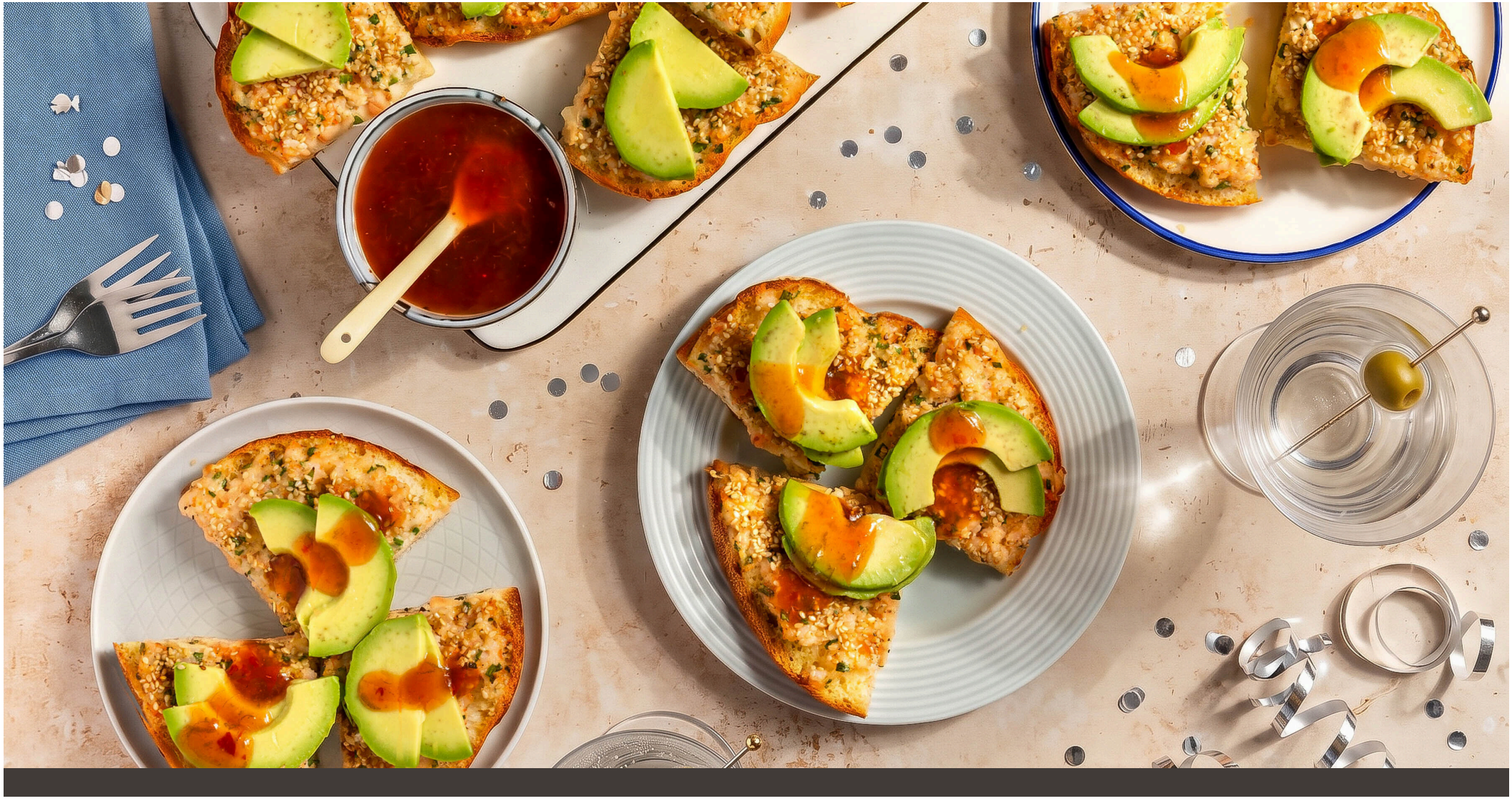
MARLEY SPOON



Gebackene Garnelentoasts mit Avocado

und Sweet-Chili-Cocktailsauce

ca. 40min 8 Portionen

Verwöhne Familie und Gäste an Silvester ganz ohne Stress: Unsere unkomplizierten Party-Rezepte lassen sich entspannt vorbereiten und sorgen im Handumdrehen für ein abwechslungsreiches Buffet. Perfekt zum Teilen und für genussvolles Snacken bis zum Mitternachtscountdown!

Was du von uns bekommst

- 4 Pck. Bazlama-Pfannenbrot [3]
- 20g Schnittlauch
- 4 Pck. ASC-Garnelen, aufgetaut [1]
- 2 Pck. geröstetes Sesamöl [4]
- 1 Pck. Knoblauch-Ingwer-Paste
- 3 Pck. Sesam [4]
- 1 unbehandelte Limette
- 100ml Sweet-Chili-Sauce
- 2 Avocados

Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei [2]
- 2EL Tomatenketchup
- 2EL Weizenmehl [3]
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

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

Allergene
Enthält: **Krebstiere** (1), **Eier** (2), **Gluten** (3), **Sesamsamen** (4).

Kann Spuren enthalten von: Milch

Nährwertangaben pro Portion
Energie 456kcal, Fett 17.2g, Kohlenhydrate 51.7g, Eiweiß 24.8g



1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Brote** horizontal halbieren und mit den Schnittflächen nach oben auf zwei mit Backpapier ausgelegte Backbleche legen. Im Ofen ca. 5Min. backen, bis die Schnittflächen leicht angeröstet sind. Beiseitestellen und abkühlen lassen. Den **Schnittlauch** in kleine Röllchen schneiden.



2. Garnelenmasse vorbereiten

Die **Garnelen** kalt abspülen, abtropfen lassen und trocken tupfen, dann mit einem großen Messer fein hacken. Wer mag, kann auch einen kleinen Mixer verwenden, dann aber darauf achten, dass die **Garnelen** stückig bleiben. Die **Garnelen** mit dem **Schnittlauch**, dem **Sesamöl**, der **½ der Knoblauch-Ingwer-Paste**, 2EL Mehl, 1 verquirltem Ei und je ½TL Salz und Pfeffer vermengen.



3. Brote backen

Die **Garnelenmasse** gleichmäßig und bis an Ränder auf den **Broten** verstreichen. Großzügig mit den **Sesamsamen** bestreuen, die Oberfläche sollte gleichmäßig bedeckt sein. Dann den **Sesam** mit den Händen leicht andrücken. Die **Brote** mit 4EL Pflanzenöl beträufeln und ca. 15Min. im oberen Ofendrittel backen, bis die **Garnelen** gar und die **Brote** an den Rändern knusprig sind.



4. Sauce anrühren

Inzwischen für die **Sauce** die **Limettenschale** fein abreiben und in einer kleinen Schüssel mit der **Sweet-Chili-Sauce**, 2EL Ketchup, 2EL Essig, der **restlichen Knoblauch-Ingwer-Paste** und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer verrühren.



5. Avocados schneiden

Die **Avocados** halbieren und den Kern entfernen. Das **Fruchtfleisch** mit einem Esslöffel aus der Schale lösen und in ca. 2cm dünne Scheiben schneiden. Etwas **Limettensaft** über den **Avocadoscheiben** auspressen, damit sie nicht braun werden.



6. Anrichten und servieren

Die **Brote** jeweils vierteln und mit den **Avocadoscheiben** belegen. Nach Belieben mit etwas **Sauce** garnieren und servieren. Die **restliche Sauce** in einem kleinen Schälchen zum Nachnehmen dazu reichen.