MARLEY SPOON



Feiner Avocado-Garnelen-Salat

mit gerösteten Kichererbsen und Brötchen

ca. 20min 4 Portionen

Es gibt kaum etwas, das so viel Freude macht wie ein leckerer, erfrischender Salat: Saftig gebratene Garnelen treffen auf knackigen Romanasalat, cremige Avocado und eine selbst gemachte Cocktailsauce mit Limette, Sriracha und Sweet-Chili-Sauce. Knusprig geröstete Kichererbsen und Röstzwiebeln sorgen für extra Crunch. Dazu noch aufgebackenes Brötchen – fertig ist der Schmaus.

Was du von uns bekommst

- 2 Pck. Romanasalat
- 2 Avocados
- 2 unbehandelte Limetten
- 2 Pck. Sriracha-Sauce
- 50ml Sweet-Chili-Sauce
- 2 Baguettebrötchen [3]
- 2 Dosen Bio-Kichererbsen
- 1 Pck. Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 2 Pck. ASC-Garnelen, aufgetaut [1]
- 2 Pck. Röstzwiebeln [3]

Was du zu Hause benötigst

- 4EL Mayonnaise [2]
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Airfryer
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

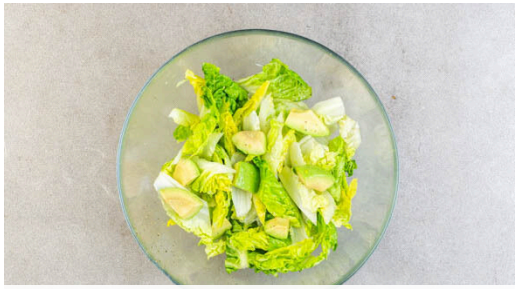
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp
Sollte kein Airfryer vorhanden sein, können die Brötchen auch im vorgeheizten Ofen bei 220°C (200°C Umluft) in 4–5Min. aufgebacken werden.

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

Kann Spuren enthalten von: Erdnüsse, Sesamsamen, Schalenfrüchte

Nährwertangaben pro Portion
Energie 937kcal, Fett 50.1g,



1. Salat vorbereiten

4EL Olivenöl, 2EL Essig und je 1 kräftige Prise Salz und Pfeffer zu einer **Vinaigrette** verrühren. Den **Salat** vom Strunk befreien und in Streifen schneiden. Die **Avocados** halbieren, den Kern entfernen und das **Fruchtfleisch** in der Schale kreuzweise einschneiden. Die **Avocadowürfel** mit einem Löffel aus der Schale lösen und mit dem **Salat** und der **Vinaigrette** vermengen.



2. Cocktailsauce anrühren

Die **Limettenschale** abreiben, dann die **Limetten** halbieren und auspressen. 4EL Mayonnaise, die **Sriracha-Sauce**, die **Sweet-Chili-Sauce**, die **Limettenschale** und die **½ des Limettensaftes** zu einer **Sauce** verrühren.



3. Brötchen aufbacken

Die **Brötchen** im Airfryer bei 180°C in 4–5Min. goldbraun und knusprig aufbacken.



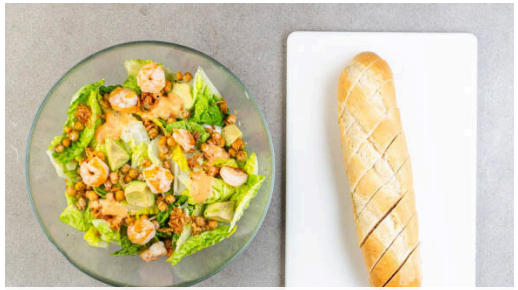
4. Kichererbsen rösten

Die **Kichererbsen** in einem Sieb abgießen und mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen. Dann in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei starker Hitze ca. 3Min. braten, dabei die Pfanne mehrfach schwenken. Die **Kichererbsen** aus der Pfanne nehmen und mit der **½ der Gewürzmischung** und ½TL Salz vermengen. Die Pfanne wird weiterverwendet.



5. Garnelen braten

Die **Garnelen** in dem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen. In der Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze auf beiden Seiten in 1–2Min. rosa und gar braten. Mit dem **restlichen Limettensaft** und 1 kräftigen Prise Salz würzen.



6. Fertigstellen & servieren

Die **Brötchen** in Scheiben schneiden. Die **Kichererbsen**, die **Garnelen** und die **Röstzwiebeln** auf dem **Salat** anrichten, mit der **Cocktailsauce** beträufelt servieren und die **Brötchenscheiben** dazu reichen.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**