

Avocadosalat mit Mango, Chicorée und Flusskrebse



Zutaten

- 2 Avocados
- 2 Mangos
- 2 Stauden Chicorée
- 100 g Flusskrebse
- 50 g Pistazienkerne
- 1 Limone
 - Saft einer Limone
 - Pfeffer aus der Mühle, Salz
 - Chiliflocken
 - natives Olivenöl extra

Zubereitung

Den Saft der Limone auspressen und mit 2 Esslöffeln Olivenöl verrühren. Die Avocados halbieren, mit einem Löffel das Fruchtfleisch aus der Schale lösen, in Segmente schneiden und sofort in die Marinade geben.

Mango schälen, halbieren, den Kern entfernen und ebenfalls in Segmente schneiden. Chicorée halbieren, den Strunk entfernen und in feine Streifen schneiden. Anschließend die Mango und den Chicorée zur Marinade geben, würzen mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken.

Zum Schluss die Flusskrebse untermischen, den Salat auf einem Teller anrichten und mit Pistazienkernen bestreuen.

Mein Tipp:

_ Statt der Flusskrebse können Sie auch Räucherlachs verwenden.