

# Jakobsmuscheln mit Avocado-Mango-Salat und Baguette

**Für zwei Personen**

**Für die Jakobsmuscheln:**

4 Jakobsmuscheln	1 Schalotte	30 g kalte Butter
75 ml trockener Sekt	3 EL Sonnenblumenöl	Salz, Pfeffer

**Für den Salat:**

1 Avocado	1 Mango	1 Schalotte
1 kleine rote Chilischote	1 kleine gelbe Chilischote	1 Limette (Saft)
1 EL heller Sesamsaat	1 EL schwarze Sesamsaat	1 EL Sojasauce
2 Zweige Koriander	1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

**Für das Baguette:**

200 g Mehl	1 TL Backpulver	1 Päck. Trockenhefe
50 ml Milch	1 Prise Zucker	1 EL Olivenöl
100 ml lauwarmes Wasser	Salz	

**Für die Jakobsmuscheln:**

Muscheln waschen und gut trocken tupfen. Schalotte abziehen und fein würfeln. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Muscheln darin von jeder Seite 1-2 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen.

Butter in Würfel schneiden. Restliche Schalotten im heißen Bratfett glasig dünsten. Crémant zugießen, aufkochen und ca. 1 Minute einköcheln lassen. Bei schwacher Hitze nach und nach Butter darunterschlagen.

**Für den Salat:**

Avocado halbieren, Stein entfernen, Fruchtfleisch herausholen und in kleine Würfel schneiden. Mango schälen, Fruchtfleisch vom Stein schneiden und in kleine Würfel schneiden. Chilischote halbieren, Kerne entfernen und fein würfeln. Koriander abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und grob hacken. Limette halbieren, Saft auspressen, mit dem Olivenöl vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Chili, Koriander, Sesam, Sojasauce und Schalottenwürfel zugeben, verrühren. Avocado- und Mangofruchtfleisch zugeben, vorsichtig untermengen und eventuell nochmals abschmecken. Salat zu Anrichten in einen Servierring füllen.

**Für das Baguette:**

Den Ofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Mehl, Salz, Trockenhefe, Zucker, Öl und Backpulver in einer Schüssel mischen. 100 ml lauwarmes Wasser hinzugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche den Teig zu einem Baguette formen. Im vorgeheizten Ofen auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech ca. 20 Minuten backen.

Gebratene Jakobsmuscheln mit Avocado-Mango-Salat und selbstgebackenem Baguette auf Tellern anrichten und servieren.

Leo Schulze-Vorberg am 12. September 2017