

Garnelen-Ceviche in Avocado mit Pico de gallo

Für zwei Personen

8 Riesen-Garnelen	4 unbehandelte Limetten	1 unbehandelte Orange
2 Rispentomaten	1 Fleischtomate	1 reife Avocado
0,5 Ananas	1 Zwiebel	1 kleine rote Zwiebel
1 EL Olivenöl	2 kleine frische Chilischoten	1 Bund Koriander
1 Prise Zucker	schwarzer Pfeffer	Salz

Für das Ceviche von einer Limette und ungefähr einer halben Orange die Schale abreiben und mit dem Saft einer Orange und von zwei Limetten mischen. Das Ganze mit einer Prise Salz und Zucker würzen. Die rote Zwiebel abziehen, in hauchdünne Ringe schneiden und in den Saft geben. Eine Chilischote der Länge nach aufschneiden, von den Kernen befreien, fein hacken und unter die Zwiebeln heben. Die Fleischtomate einritzen, blanchieren und häuten. Anschließend die Tomate halbieren, entkernen, die Hälften klein würfeln, in die Marinade geben und gründlich verrühren. Salzwasser aufkochen. Die Garnelen waschen, vom Kopf, der Schale und vom Darm befreien und bei schwacher Hitze im Salzwasser circa vier Minuten ziehen lassen. Anschließend die Garnelen herausnehmen, kalt abspülen, klein schneiden und in der Marinade ziehen lassen. Für die Pico de gallo die Rispentomaten kurz in heißem Wasser blanchieren und häuten. Die Ananas schälen und vom Strunk befreien. Die restliche Chilischote ebenfalls der Länge nach aufschneiden und von den Kernen befreien. Die Zwiebel abziehen und mit den Tomaten, der Ananas und der restlichen Chilischote fein würfeln. Den Saft von den übrigen zwei Limetten mit einem Schuss Olivenöl dazugeben und alles gut vermischen. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss ein halbes Bund Koriander zupfen, hacken und unterheben. Die Avocado halbieren, vom Kern befreien und mit dem Garnelen-Ceviche füllen. Die Garnelen-Ceviche in der Avocado mit dem Pico de gallo auf Tellern anrichten und servieren.

Nadine Kolten am 25. Januar 2011