

# Sommerlicher Salat mit Garnelen und Mango-Salsa

**Für zwei Personen**

**Für die Mango-Salsa:**

1 Flug-Mango	1 kleine rote Chilischote	$\frac{1}{2}$ Limette, Saft
2 Zweige Koriander	2 EL Olivenöl	Salz

**Für die gegrillte Avocado:**

1 reife Avocado	Olivenöl
-----------------	----------

**Für die gebratenen Garnelen:**

8 Riesengarnelen	1-2 Knoblauchzehen	3 EL Olivenöl
2 Prisen Piment d'Espelette	Saltflakes	

**Für die Mayonnaise:**

$\frac{1}{4}$ Salzzitrone	$\frac{1}{2}$ Limette, Saft	2 Eier
$\frac{1}{2}$ TL Currypulver	1 TL Ahornsirup	200 ml neutrales Pflanzenöl
2 EL Olivenöl	Salz	

**Für die Fertigstellung:**

$\frac{1}{2}$ Römersalatherz
------------------------------

**Für die Mango-Salsa:**

Die Mango schälen und das Fruchtfleisch der Mango jeweils rechts und links vom Stein großzügig abschneiden. In Würfel schneiden. In eine Schüssel geben und Limettensaft darüber geben. Koriander fein hacken und zur Mango geben. Mit Salz würzen und mit Olivenöl beträufeln. Alles miteinander vermengen und ziehen lassen. Bei Bedarf Chili in feine Ringe hacken und mit dazugeben.

**Für die gegrillte Avocado:**

Avocado halbieren und Stein herausnehmen. Fruchtfleisch mit einem Löffel herausheben. In Spalten schneiden und in einer heißen Grillpfanne mit wenig Olivenöl von beiden Seiten grillen.

**Für die gebratenen Garnelen:**

Garnelen putzen, Darm entfernen, kalt abbrausen und mit Küchenkrepp trockentupfen. In eine kleine Schüssel geben und etwas Olivenöl beträufeln. Knoblauch inklusive Schale mit einem Messer andrücken und mit in die Schale geben. Garnelen ziehen lassen. Dann in einer erhitzten Pfanne ohne Öl anbraten. Nach dem Wenden der Garnelen, restliche Marinade mit in die Pfanne geben und etwa 2 Minuten bei abgeschalteter Herdplatte ziehen lassen. Mit Piment d'Espelette und Saltflakes abschmecken.

**Für die Mayonnaise:**

Eier in ein hohes Gefäß aufschlagen. Curry, Ahornsirup und Limettensaft dazugeben und mit einer Prise Salz würzen. Alles mit einem Pürierstab aufmischen und dann langsam Öl einfließen lassen, dabei weiter pürieren bis eine Emulsion entsteht. Kurz vor der Ende des Vorgangs Olivenöl dazugeben. Die Mayonnaise sollte nicht zu fest werden. Nur die Schale der Salzzitrone fein würfeln und unter Mayonnaise rühren. Mit etwas Salz und Curry abschmecken.

**Für die Fertigstellung:**

Mit der Mayonnaise einen Streifen auf den Servierteller streichen.

Garnelen sowie Avocado darauf setzen und Mango-Salsa darüber verteilen. Römersalat waschen und in mundgerechte Stücke zupfen. Mit etwas Olivenöl marinieren und zwischen den Garnelen drapieren.

Cornelia Poletto am 08. August 2024