

Gebratener Avocado-Salat mit geröstetem Ziegenkäse

Für 2 Personen

1-2 Avocados 150 g Ziegenfrischkäse 1 Zehe Knoblauch
2 Zweige Thymian 1 Zitrone Olivenöl, Mehl
Salz, Pfeffer

Den Ziegenkäse in kleine Stücke zupfen, in einer mit Backpapier ausgelegten Auflaufform verteilen, mit Pfeffer würzen und in der mittleren Schiene des Backofens, bei 180 Grad Umluft, 12 Minuten rösten. Die Avocado halbieren, Kern heraus nehmen, das Fruchtfleisch aus der Schale heben und jede Hälfte in vier Spalten schneiden. Olivenöl mit einer angedrückten Knoblauchzehe und den Thymianzweigen in einer Pfanne erhitzen. Die Avocadospalten von beiden Seiten mit Mehl bestäuben und zugeben, mit Salz würzen und die Avocados von beiden Seiten hellbraun braten. Anschließend mit dem Saft einer halben Zitrone ablöschen, etwas frisches Olivenöl zugeben und die Pfanne vom Herd nehmen. Anschließend die Avocadospalten auf zwei Tellern anrichten, mit dem Zitronenöl aus der Pfanne beträufeln, frische Zitronenschale darüber reiben und den gerösteten Ziegenkäse darum verteilen. Als Garnitur etwas frischen Salat oder Rucola dazugeben.

Alexander Herrmann am 08. April 2014