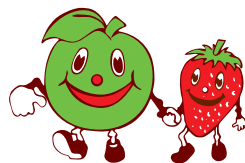

ERDBEER-AVOCADO-SALAT



**OBSTGUT
TACKHEIDE**

* SEIT 1974 *

Raffiniert mit Limetten-Joghurt-Sauce!

Für 8 Portionen:

Zutaten: 1 kg Erdbeeren
50 g Cashewnüsse
20 g frische Ingwerwurzel
3 El Öl
100 g Rosinen
10 El Limettensaft
2 reife Avocados
2 Kopfsalate
1 El abgeriebene Limettenschale
1 Tl Zucker
450 g Sahnejoghurt
1/2 Topf Minze
schwarzer Pfeffer (a.d. Mühle)

Zubereitung: Die Cashewnüsse längs halbieren und in einer Pfanne ohne Fett rösten. Den Ingwer schälen und fein würfeln. Das Öl in der Pfanne erhitzen und die Rosinen darin unter Wenden bei milder Hitze goldbraun rösten, dann in einem Sieb abtropfen lassen. Die Erdbeeren waschen, putzen, längs halbieren. Ingwer, Erdbeeren und Rosinen mit 7 El Limettensaft mischen. Den Stein herauslösen und das Avocadofleisch quer in schmale Scheiben schneiden. Mit den Erdbeeren und Rosinen mischen. Vom Kopfsalat die äußeren großen Blätter entfernen. Die inneren hellgrünen Blätter waschen, trockenschleudern und in mundgerechte Stücke zerpflücken. Aus dem restlichen Limettensaft, der Limettenschale, dem Zucker, dem Joghurt und der gehackten Minze eine Sauce rühren. Mit Pfeffer würzen. Den Kopfsalat in eine große Schüssel geben, die vorbereiteten Zutaten vorsichtig unterheben und die Salatsauce daraufgeben. Mit Cashewnüssen bestreuen.

Guten Appetit!