



R e z e p t



Avocado-Salat mit Mandarinen

Zutaten für 4 Personen

- 2 reife Avocados
- 2 Mandarinen
- 2 Tomaten
- 2 kleine Romana-Salate
- 2 Frühlingszwiebeln
- 2 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

- Die geputzten Frühlingszwiebeln längs halbieren und quer in sehr feine Streifen schneiden.
- Tomaten und Mandarinen klein würfeln. Die beiden äußeren Blätter vom Romana-Salat entfernen, den Strunk unten knapp abschneiden. Salat längs halbieren und quer in etwa einen Zentimeter breite Streifen schneiden. Alles in einer Schüssel miteinander vermischen.
- Die Avocados halbieren, Stein entfernen und das Fruchtfleisch vorsichtig mit einem Löffel aus der Schale heben. In Stücke schneiden und unter den Salat ziehen.
- Salzen, pfeffern, Olivenöl zugeben und noch einmal gründlich mischen.
- Sofort servieren.