Meeresfrüchte-Avocado-Salat

Dieses Rezept macht Appetit auf Urlaub: Der Meeresfrüchte-Avocado-Salat ist ein echtes Highlight auf der Gartenparty!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 30 min

Koch/Backzeit: 5 min

Gesamtzeit: 35 min

Zutaten

10 Stk.	Garnelen (ohne Schale)
1 Glas	Muscheln
60 g	Tintenfischtuben
3 Stk.	Bio-Zitronen
3 Stk.	Knoblauch
1 Bund	Petersilie
3 EL	Rotweinessig
4 EL	Olivenöl
1 Prise	Zucker
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
2 Stk.	Zwiebel
200 ml	Wasser
500 ml	Weißwein
2 Stk.	Lorbeerblätter
5 Stk.	Gewürznelken
1 Prise	schwarze Pfefferkörner
2 Stk.	Avocados (reif)
	Koriander (zum Garnieren)

Zubereitung

1. Für den **Meeresfrüchte-Avocado-Salat** zunächst die Garnelen waschen und mit den Muscheln abtropfen lassen. Tintenfische waschen und in Ringe schneiden. Zwiebeln halbieren.

2. Eine Zitrone heiß abwaschen und in Scheiben schneiden. Mit dem Wasser, Weißwein, Gewürznelken, Lorbeerblättern, Pfefferkörnern und ordentlich Salz zum Kochen bringen. Tintenfische und Garnelen hinzufügen und ca. 4-5 Minuten ziehen lassen, dann abgießen und abtropfen lassen.

3. In der Zwischenzeit Petersilie waschen, trocken schleudern und fein hacken. Die übrigen Zitronen halbieren und auspressen. Knoblauch schälen und fein hacken. Zitronensaft mit Petersilie, Knoblauch, Essig, Öl, Zucker, Salz und Pfeffer zu einer Marinade verrühren.

4. Avocados halbieren, den Stein entfernen und schälen. Das Fruchtfleisch in mundgerechte Stücke schneiden und diese zusammen mit den Muscheln und den Meeresfrüchten vermengen. Mit Marinade beträufeln und nach Belieben mit etwas Koriander garnieren, dann servieren.

Tipp

Zum Meeresfrüchte-Avocado-Salat schmeckt knuspriges Baguette.