Artikel vom 28.08.2024 · Ausgedruckt am 14.11.2026, 17:36 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/garnelen-gurken-haeppchen

Garnelen-Gurken-Häppchen



Foto: Kathrin Fries

Zutaten (für 32 Stück):

2 Salatgurken

1 Avocado

100 g Mango plus etwas zur Dekoration

1 Bio-Limette

Chiliflocken

weißer Pfeffer

Salz

16 oder 32 Garnelen (je nach Größe)

2 EL neutrales Pflanzenöl

2 EL Kokoschips plus 16 Stück zum Anrichten.

Zubereitung:

2 EL Kokoschips in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten. Aus dem Fruchtfleisch der Avocado und der Mango mit dem Abrieb und Saft der Limette ein Mus pürieren, dann die abgekühlten gerösteten Kokosflocken und die Gewürze hinzugeben und noch mal pürieren, bis die Masse nur noch kleine Kokosstückchen hat. Die Garnelen putzen und mit dem Pflanzenöl anbraten, auf einem Küchentuch abtropfen und abkühlen lassen, dann vorsichtig schälen. Hat man große Garnelen, diese in der Länge halbieren. Die Gurken - waschen und jeweils in 16 Scheiben von etwa 1 bis 1,5 cm Dicke schneiden. Zum Anrichten auf jede Gurkenscheibe etwa 1 TL Avocadomasse geben, mit einem Holzspieß eine Garnele darauf befestigen. Mit dem Sparschäler Mangoscheiben herstellen. Mit diesen und den Kokoschips dekorieren.