



BUNTE SOMMERBOWL



45 Min.



mit Fisch

Zutaten 4 Portionen

Für den Salat:

4	Römersalatherz(en), klein
2	kleine Salatgurken
200 g	bunte Kirschtomaten
1	rote Zwiebel(n)
1	Avocado(s)
1 TL	Limettensaft
250 g	tiefgefrorene Garnelen (aufgetaut)
2	Knoblauchzehe(n)
etwas	Olivenöl
130 g	gekochte Kichererbsen
etwas	Paprikapulver
2 Packung(en)	Petrella Pico Pralinen (à 100 g)

Dressing:

2 EL	Limettensaft
250 g	griechischer Joghurt
2 TL	körniger Frischkäse
1 TL	Agavendicksaft (oder Honig)
1 EL	Olivenöl
etwas	Salz und Pfeffer

Petrella Produkte



Petrella Pico Pralinen



BUNTE SOMMERBOWL



45 Min.



mit Fisch

So wird's gemacht

1. Salatherzen putzen, waschen, trocknen und in Streifen schneiden. Die Salatgurken waschen, längs in dünne Scheiben schneiden. Die Tomaten waschen und halbieren. Die Zwiebel(n) schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Die Avocado(s) halbieren, Stein und Schale entfernen, in Streifen schneiden und mit Limettensaft beträufeln.
2. Garnelen waschen, trocknen, Knoblauch schälen und in ganz dünne Scheiben schneiden, bei mittlerer Hitze mit etwas Öl in einer Pfanne mit den aufgetauten Garnelen anbraten, salzen und pfeffern.
3. In einer anderen kleinen Pfanne mit etwas Olivenöl die Kichererbsen rösten und mit Paprikapulver würzen.
4. Für das Dressing alle Zutaten gut verrühren und abschmecken.
5. Alle Zutaten für den Salat und Petrella Pico Pralinen in Schüsseln geben, etwas Dressing drüber gießen und servieren