

Feldsalat mit Garnelen und Avocado



Zutaten für zwei Personen:

75 g Feldsalat
1 reife Avocado
75 g kleinere Partygarnelen

1 Zitrone

Vinaigrette:

2 Msp Salz
Pfeffer aus der Mühle
eine kleine Prise Zucker
2 EL Weißweinessig - alternativ Estragon-Essig
1 TL Senf (4 cm aus der Tube)
6 EL neutrales Öl

1. Feldsalat gründlich waschen und verlesen. Röschen im ganzen lassen. In der Salatschleuder trocknen.

2. Avocado halbieren, schälen und in Scheiben schneiden. Scheiben weiter unterteilen. Oder kleine Kugeln mit einem Ausstecher herausstechen. Mit Zitrone beträufeln, damit die Avocadostückchen ihre Farbe behalten.

3. Garnelen in ein Sieb geben und kalt waschen. Eventuell mit etwas Zitronensaft marinieren.

4. Auf einer Servierplatte einen Rand von Avocadostückchen legen.

Innerhalb des Randes nun den Feldsalat, darauf Avocadostückchen und Garnelen legen. Einige Garnelen als Garnitur in der Mitte des Feldsalats aufheben.

5. Vinaigrette kurz vor dem Servieren sämig rühren und den Salat damit nach Geschmack beträufeln.

Hinweise:

Statt der kleineren Partygarnelen kann man auch größere nehmen, die man in mehrere Teile schneidet.

Dieses Rezept haben wir schon ziemlich lange in Gebrauch. Es ist eines der wirklich bewährten, sowohl für das Auge als auch für den Gaumen.

Schlagworte:

leicht, Zubereitung ca. 15 min, Vorspeisen, Salate, Meeresfrüchte, Krustentiere, international

Rezept und Foto: Walter Stand 07.01.2026