

# Carpaccio und Tatar von Avocado mit Rucola-Bruschetta

## Für 2 Personen

2 reife Avocados	2 Scheiben Ciabatta	2 Scheiben Schinken
1 Tomate	30 g Rucola	60 g Feta
1 Orange	20 g Kapern	1 Knoblauchzehe
1 Schalotte	20 g Kerbel	1 EL Sherry-Essig
1 EL Traubenkernöl	Olivenöl	Salz
Pfeffer, weiß		

Die Avocado schälen, halbieren und den Kern entfernen. Die Hälfte der Avocado in feine Scheiben schneiden und auf dem Teller anrichten. Mit Salz und Pfeffer bestreuen. Salz, Pfeffer und den Sherry-Essig verrühren, das Traubenkernöl darunter schlagen. Die Schalotte und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Den Kerbel zupfen und fein hacken. Das Ganze vermischen und zu der Vinaigrette geben. Die Avocadoscheiben mit Hilfe eines Pinsels mit einem Drittel der Vinaigrette bestreichen. Die Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen und die Haut abziehen. Die Tomaten halbieren, das Fruchtfleisch entfernen und die Tomate in kleine Würfel schneiden. Die restliche Avocado in Würfel schneiden und mit den Kapern und den Tomaten unter die restliche Vinaigrette mischen. Das Ciabatta von beiden Seiten mit Olivenöl bestreichen und in einer Pfanne anrösten. Den Rucola waschen, trocken schleudern und klein schneiden. Den Fetakäse zerbröseln. Die Schale der Orange reiben und mit dem Fetakäse und Olivenöl vermengen. Den Fetakäse zusammen mit dem Rucola auf das Ciabatta geben. Den Schinken in einer Pfanne knusprig anbraten. Anschließend zerbröseln und über das Bruschetta geben. Das Avocadotatar in der Mitte der Avocadoscheiben anrichten und zusammen mit dem Bruschetta servieren.

Elmar Liebertz am 21. September 2010