

Garnelen-Avocado-Mango-Tatar mit Pumpernickel-Crunch

Für zwei Personen

Für das Tatar:

150 g Riesengarnelen	1 reife Avocados	$\frac{1}{2}$ reife Mango
$\frac{1}{2}$ Zitrone	1 Frühlingszwiebel	2 cm Ingwer
4 EL Schmand	$\frac{1}{2}$ TL Chiliflocken	2 Zweige Dill
1 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Crunch:

50 g Pumpernickel	Butter	Salz
-------------------	--------	------

Für das Tatar:

2 Garnelen beiseitelegen, die anderen grob zerkleinern. Schale der Zitrone abreiben und auspressen. Von der geschälten Mango und Avocado gleichgroße Würfel schneiden und mit Zitronensaft beträufeln. Von der Zitrone die Schale abreiben und zu dem Tatar geben.

Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden und mit den zerkleinerten Garnelen ebenfalls dazugeben. Schmand zugeben, mit Salz und Chili verfeinern und alles vorsichtig miteinander vermengen.

Dill abbrausen, trocken wedeln und klein hacken. Die übrigen Garnelen in heißem Olivenöl angehen lassen, mit etwas Dill würzen und leicht abkühlen lassen.

Anrichtering mittig auf den Teller setzen. Die Masse einfüllen und leicht andrücken. Ingwer schälen und reiben. Die gebratenen Garnelen auflegen, mit Ingwer bestreuen.

Für den Crunch:

Das Pumpernickel fein hacken. Mit etwas Butter in der Pfanne kross werden lassen, salzen und als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Robin Kühle am 25. September 2018