

# Avocado-Mango-Tatar mit Stracciatella-Zitronen-Creme

## Für zwei Personen

### Für das Avocado-Mango-Tatar:

2 Tomaten	2 Avocados	1 Flug-Mango
1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	1 rote Chilischote
1 Zitrone, Saft	1 EL heller Balsamicoessig	1 TL Aprikosenmarmelade
2 Zweige krause Petersilie	2 Zweige Minze	2 Zweige Basilikum
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

### Für die Stracciatella-Creme:

1 Zitrone, Abrieb	1 Stracciatella di Burrata	2 EL Sahne
1 TL Agavendicksaft	1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

### Für den Pistazien-Crunch:

50 g ungesüßte Cornflakes	100 g geschälte Pistazien	1 TL Olivenöl
---------------------------	---------------------------	---------------

### Für die Himbeeressig-Perlen:

30 ml Himbeeressig	3 g Agar Agar	120 ml Olivenöl
120 ml Rapsöl		

### Für die Garnitur:

Rote Bete Sprossen

### Für das Avocado-Mango-Tatar:

Die Tomaten fein würfeln. Mango und Avocado halbieren und entsteinen.

Beides fein würfeln. Schalotte abziehen und fein würfeln. Knoblauch abziehen und zusammen mit Chili fein hacken. Alles miteinander vermengen. Minze, Petersilie und Basilikum fein hacken und mit Olivenöl, Balsamicoessig, Marmelade und 1 EL Zitronensaft zu einem Dressing vermischen. Tatar damit vermengen.

Für das Ringelbete-Carpaccio 1 Knolle Ringelbete 100 ml heller Balsamicoessig 1 Prise Zucker . Ringelbete schälen und in feine Scheiben hobeln. In Essig und Zucker einlegen und 15 Minuten ziehen lassen. Dann auf einem Teller auslegen.

### Für die Stracciatella-Zitronen-Creme:

Stracciatella mit einem Handmixer aufmixen. Je nach Geschmeidigkeit und gewünschter Konsistenz etwas Sahne unterrühren. Schale von der ganzen Zitrone abreiben und Olivenöl unterrühren. Masse mit Salz, Pfeffer und Agavendicksaft abschmecken. Auf dem Salat-Türmchen anrichten. Zum Schluss etwas Zitronenschale obendrauf reiben.

### Für den Pistazien-Crunch:

Pistazien grob hacken und in einer Pfanne mit Olivenöl leicht anrösten.

Cornflakes in einem Gefrierbeutel mit dem Nudelholz zerdrücken. Mit in der Pfanne schwenken. Beides über die Creme geben.

### Für die Himbeeressig-Perlen:

Öl in ein zylinderförmiges Gefäß geben und für mindestens 25 Minuten in den Gefrierschrank stellen. Himbeeressig mit Agar Agar gut verrühren und kurz aufkochen lassen. Umfüllen und kurz abkühlen lassen. Mit einer Küchenspritze den Essig aufnehmen und in kleinen Mengen in das Öl tropfen lassen. Essigperlen, wenn erkaltet, vorsichtig entnehmen und auf ein Stück Küchenrolle legen. Anschließend den Teller damit garnieren.

### Für die Garnitur:

Gericht mit Rote Bete Sprossen garnieren.

Romy Krämer am 08. Oktober 2024