

Avocado Mango Chili Salat mit frischen Kokosflocken

Zutaten

Zutaten für 6 Portionen Salat à ca. 200-220 g

(6 Avocadohälften)



Für den Salat:

150 ml VERPOORTEN ORIGINAL Eierlikör

2 Stk. Banane

3 Stk. Avocado

1 Stk. Mango

Saft einer Limette

1 Stk. Chilischote, mild

50 g dunkle Kuvertüre

100 g Kokosraspel

Zubereitung

Avocado Mango Chili Salat mit VERPOORTEN:

1. Für die Zubereitung dieses lecker-würzigen und erfrischenden Obstsalates, pressen Sie zunächst die Limette aus und geben den Saft in eine mittelgroße Schüssel.

2. Schälen Sie dann die Mango, lösen den Kern heraus und schneiden das Fruchtfleisch in haselnussgroße Stückchen. Der Kern der Mango ist mandelförmig und liegt parallel zur Fruchtform mittig in der Frucht. Nachdem Die Mango geschält ist schneiden Sie zunächst längs der Mango mittig nach unten am Kern vorbei und lösen dann den Rest des Fruchtfleisches. Achten Sie darauf, dass Sie nicht zu nah am Kern entlang schneiden, da das Fruchtfleisch nah am Kern holzig sein kann. Mischen Sie jetzt die Mangowürfel sorgfältig mit dem Limettensaft in der vorbereiteten Schüssel.

3. Halbieren Sie die drei Avocados. Lösen Sie dabei den ebenfalls mittig liegenden, kugelförmigen Kern der Avocado vorsichtig heraus. Mit einem Löffel lässt sich das Fruchtfleisch der Avocado sehr gut aus der Schale lösen, ohne dass diese reißt. Schneiden Sie nun auch das Avocadofleisch in haselnussgroße Stücke. Geben Sie die Würfel dann zu den Mangowürfeln und mischen alles wieder sehr vorsichtig durch, damit die reifen Fruchtstücke nicht zu stark »zermatschen«.

4. Schälen Sie nun die Bananen, halbieren diese längs und würfeln Sie entsprechend der Größe der anderen Fruchtstücke. Geben Sie die Bananewürfel zu der Mango-Avocado-Mischung und heben Sie sie vorsichtig unter.

5. Zum Schluss wird die Chilischote halbiert, von den Kernen befreit und in feine Streifen geschnitten. Raspeln Sie die dunkle Kuvertüre mit einer Küchenreibe und mischen Sie die Schokoraspseln sowie die Chilistreifen vorsichtig unter den Salat.

6. Zum krönenden Abschluss wird der Salat mit dem Gelben Klassiker VERPOORTEN ORIGINAL Eierlikör mariniert und ist dann nach etwa 15 Min. servierfertig. In dieser Zeit am besten kaltstellen, dann schmeckt der "Avocado Mango Chili Salat mit VERPOORTEN" zur WM umso erfrischender!

Tipp:

[Link zum Rezept: Avocado Mango Chili Salat mit frischen Kokosflocken](#)

Copyright © VERPOORTEN 2018 (10/2018)
VERPOORTEN GmbH & co. KG - Potsdamer Platz 1- 53119 Bonn
+49 228 9655-155 - info@verpoorten.de - eieiei.verpoorten.de

Avocado Mango Chili Salat mit frischen Kokosflocken

Wenn Sie unserer Anleitung gefolgt sind, sollten Sie jetzt sechs Avocadohälften haben, in denen Sie den lecker erfrischenden Salat anrichten können. Zur Garnitur empfehlen wir ein paar übriggelassene Chilistreifen sowie ein paar Kokosraspel. Für einen sehr schönen optischen Effekt können Sie auch frische Kokosfruchtstückchen kurz anfrieren und mit der Küchenreibe fein aufhobeln.

Viel Spaß beim erfrischenden Schmaus, wenn´s ab dem Achtelfinale bei der WM in Brasilien auch mal in eine spannende Verlängerung geht.

[Link zum Rezept: Avocado Mango Chili Salat mit frischen Kokosflocken](#)

Copyright © VERPOORTEN 2018 (10/2018)
VERPOORTEN GmbH & co. KG - Potsdamer Platz 1- 53119 Bonn
+49 228 9655-155 - info@verpoorten.de - eieiei.verpoorten.de