

Gefüllte Avocado mit Garnelen

Zutaten: für 4 Portionen

200 g gekochte tiefgefrorene Garnelen,
2 EL Olivenöl,
1 Knoblauchzehe in Scheiben geschnitten,
2 Avocados,
2 Orangen,
2 EL Zitronensaft,
2 EL Cognac, alternativ: frisch gepressten
Orangensaft,
200 g Doppelrahmfrischkäse,
4 EL Sahne,
1 EL geschnittenen frischen Dill,
Salz,
gemahlener weißer Pfeffer aus der Mühle,
Cayennepfeffer,
Zum Garnieren: ein paar Zweige frischen Dill.



Zubereitung :

Die Garnelen auftauen lassen, trocken tupfen und in Cognac 10 Minuten marinieren. Dann auf einem Küchenpapier abtrocknen und in Olivenöl mit dem Knoblauch in einer Pfanne ca. 1 Min. bei starker Hitze kräftig anbraten. Herausnehmen und abkühlen lassen.

Für die Sauce bzw. den Dipp den Doppelrahm-Frischkäse mit der Sahne verrühren. Mit geschnittenem Dill, Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen.

Die Orangen filetieren. Die Avocados halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch mit Zitronensaft einreiben.

Etwas Sauce in die Vertiefung geben. Die Garnelen und die Orangenstücke darauf verteilen. Etwas Sauce darauf geben und mit Dill garnieren.