

Avocado-Pfirsich-Salat im Romana-Blatt

Zutaten für den Dip (für 4 Personen):

- 25 ml Sojamilch
- 70 ml Speiseöl
- 0,2 TL grobkörniger Senf
- Salz
- Pfeffer
- etwas Schnittlauch
- 0,5 Limette
- 1 Zehe Knoblauch

Sojamilch und Senf in ein hohes Gefäß geben und mit einem Pürierstab einmal kurz mixen. Nun das Öl langsam einfließen lassen, dabei weiter pürieren. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Schnittlauch in feine Ringe schneiden und alles gut verrühren. Den Saft der Limette und den gepressten Knoblauch dazugeben und alles gut verrühren.

Zutaten für den Salat:

- 1 Kopf Römersalat
- 2 reife Avocados
- 2 Pfirsiche
- 0,5 Bio-Limette
- 1 TL helle Misopaste
- 4 EL Mirin
- 2 EL Agavendicksaft
- 100 g ungesalzene Erdnüsse
- optional: ein paar Blätter Shiso

Avocados und Pfirsiche halbieren und von den Kernen lösen. Die Avocados mit einem Esslöffel aushöhlen und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Pfirsiche in feine Spalten schneiden. Etwas Abrieb und den Saft der Limette mit Mirin, Misopaste und Agavendicksaft vermengen. Den Pfirsich und die Avocado vorsichtig darin schwenken.

Erdnüsse ohne Fett rösten und hacken.

Die Salatblätter waschen, auf Teller legen und mit dem Avocado-Pfirsich-Salat befüllen. Je 1 Klecks Dip darauf geben und mit den Erdnüssen bestreuen. Shiso in feine Streifen schneiden und die gefüllten Salatblätter damit verzieren.

Sendung/Quelle: Zora kocht's einfach

Sendetermin: 15.12.2023

Koch/Köchin: Zora Klipp

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen