

Salat aus Papaya, Avocado & roter Paprika

Für 4–6 Personen

ZUTATEN

200 g grüner Salat, gewaschen und zerkleinert
 2–3 Frühlingszwiebeln, in feine Ringe geschnitten
 3–4 EL frisch gehackter Koriander
 1 kleine Papaya
 2 rote Paprika

1 Avocado
 1 EL Limonensaft
 3–4 EL Kürbiskerne, geröstet (nach Belieben)
 DRESSING
 Saft von 1 Limone
 1 Prise Paprikapulver

1 Prise Kreuzkümmel
 1 Prise Zucker
 1 Knoblauchzehen, zerdrückt
 4 EL Olivenöl
 Salz
 1 Schuss Weißweinessig (nach Belieben)

1 Salat, Frühlingszwiebeln und Koriander in eine Schüssel geben, gut vermengen und auf einem großen Servierteller anrichten.

2 Die Papaya halbieren, die Samen mit einem Löffel entfernen, die Frucht schälen und das Fruchtfleisch würfeln. Die Paprika halbieren, entkernen und in feine Streifen schneiden.

3 Die Avocado halbieren, den Kern mit einem Messer entfernen, das Fruchtfleisch von der Schale lösen, in kleine Würfel schneiden und mit Limonensaft beträufeln, um Verfärbungen zu vermeiden. Mit der Papaya und den Paprika auf dem Salatbett anrichten.

4 Für das Dressing Limonensaft, Paprikapulver, Kreuzkümmel, Zucker,

Knoblauch sowie Olivenöl vermengen und mit Salz abschmecken.

5 Das Dressing über den Salat verteilen und vorsichtig unterheben. Nach Belieben noch einen Schuss Weißweinessig und geröstete Kürbiskerne zugeben, alles gut vermengen und servieren.

