2A Fisch

Salat mit Gambas und Erdbeeren

Zubereitungszeit
15 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Die Zutaten für das Dressing in einer kleinen Schüssel miteinander vermengen und beiseite stellen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Gambas zusammen mit dem Knoblauch in ca. 3-5 Minuten rosa und gar braten. Mit etwas Salz würzen. Rucola, Gurke, Erdbeeren und Avocado auf einem Teller anrichten und einige Male umschöpfen. Die Gambas über den Salat verteilen und mit dem Dressing abschließen.

Zutaten

- [ ] 150-200 g Gambas
- [ ] 50 g Rucola
- [ ] 200 g Gurke in Stücken
- [ ] 100 g Erdbeeren, halbiert
- [ ] 1 Knoblauchzehe, gepresst
- [ ] ¼ Avocado in Stücken
- [ ] ½ EL Olivenöl
- [ ] Salz

Nährwerte pro Person

Energie	**438 kcal**
Kohlenhydrate	**11 g**
Fett	**26 g**
Eiweiß	**35 g**