



Салат по-азиатски с жареным авокадо

🕒 30–35 Мин. 

Способ приготовления

Ингредиенты 4 Порции

♦ = Kotányi Produkte

4 шт.	Морковь
1 шт.	Огурцы
2 шт.	Зеленый болгарский перец
2 шт.	Зеленый лук
2 шт.	Авокадо
40 г	Жареные орехи кешью
1 щепотка	♦ Соль морская

Заправка

2 ст. л.	Кунжутное масло
50 мл	Вода
3 ст. л.	Уксус
4 ст. л.	Мед
3 ст. л.	Соевый соус
1 уп.	♦ Приправа Curcuma с лимонграссом и зеленым перцем

- 1 Очистите морковь. Нашинкуйте огурец, болгарский перец и морковь.
- 2 Нарежьте зеленый лук тонкими диагональными ломтиками. Приправьте все солью, смешайте и оставьте на 20 минут.
- 3 Заправка: Разогрейте 2 ст. л. кунжутного масла в сковороде. Обжарьте приправу Curcuma в течение нескольких секунд, дегласируйте водой и отставьте в сторону. Добавьте уксус, мед и соевый соус и перемешайте.
- 4 Разрежьте авокадо пополам и удалите косточку, затем с помощью ложки аккуратно отделите мякоть от кожуры. Разрежьте на ломтики одинакового размера.
- 5 Разогрейте немного масла в сковороде, обжарьте нарезанный авокадо с обеих сторон и приправьте солью. Крупно нарежьте орехи кешью.
- 6 Смешайте овощи и салат с заправкой и выложите на тарелки. Украсьте ломтиками жареного авокадо и орехами кешью.

