

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 19. Juli 2019 ▪
ChampionsWeek ▪ Zusatzgericht von Nelson Müller



Exotischer Avocado-Papaya-Salat mit geröstetem Bauernbrot

Zutaten für zwei Personen

Für den Salat:
 3 Avocados
 4 Limetten (Saft & Schale)
 1 Papaya
 1 grüne Chilischote
 1 Bund Koriander
 200 ml Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Avocados halbieren, Kern entfernen, das Fruchtfleisch auslösen und in Würfel schneiden. Mit der Schnittfläche nach unten auf den Grill legen, bis Grillstreifen entstehen. Papaya schälen, vorsichtig die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch in Stücke schneiden. Chilischote halbieren, entkernen und ohne Stielansatz fein hacken. Koriander abbrausen, trockenwedeln, die Blätter abzupfen und grob hacken. Limetten halbieren, auspressen und Saft auffangen. Alle Zutaten in einer Schüssel mischen und mit Olivenöl, Limettensaft und -abrieb abschmecken, kurz ziehen lassen und nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Brot:
 2 Scheiben kräftiges Bauernbrot
 Olivenöl, zum Beträufeln
 Salz, aus der Mühle

Brot mit Olivenöl beträufeln auf dem Grill oder unter dem Backofengrill rösten. Mit etwas Salz bestreuen.

Für die Guacamole:
 1 Avocado
 ½ Zitrone
 Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zitrone auspressen und den Saft auffangen. Avocado halbieren, Kern entfernen, das Fruchtfleisch auslösen und würfeln. Zitrone auspressen und Saft auffangen. Mit einem Schuss Olivenöl mischen und cremig pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Für die Mayonnaise:
 3 Eier (Eigelb)
 ½ Zitrone
 200 ml Pflanzenöl
 Chiliflocken, aus der Mühle
 Salz, aus der Mühle

Eier trennen. Zitrone auspressen und den Saft mit den Eigelben in einen schmalen Messbecher geben. Mit einem Stabmixer erst am Boden mixen, sodass eine Bindung entsteht und dann den Mixer unter ständigem Laufen nach oben heben und gleichzeitig das Öl einrieseln lassen. Wenn man oben angelangt ist, alles noch einmal durchmischen, damit die Mayonnaise eine matte, homogene Masse wird. Mit Salz und Chili abschmecken.

Den Avocado-Salat auf den gerösteten Brotstreifen anrichten und mit Guacamole und Mayonnaise servieren.