

# „Gesunde Rezepte“

## Salat mit gegrillten Garnelen und Avocado

### ZUTATEN

- 1 Handvoll Tigergarnelen
- 2 Handvoll Salat
- 1 Ei
- 1/2 Avocado
- Ein paar Kirschtomaten
- 5 Mandeln
- 1 Knoblauchzehe
- Olivenöl
- Gewürze: Himalayasalz, Pfeffer, Lieblingskräuter



### ZUBEREITUNG

Das Ei hart kochen. Garnelen schälen und waschen, leicht mit Salz würzen und den Knoblauch durch die Presse reiben. In einer Pfanne gedünstet kochen. Die Avocado in Scheiben schneiden, das Ei in Viertel teilen, die Kirschtomaten halbieren. Legen Sie den gewaschenen Salat, Avocado, Eier, Tomaten und Garnelen auf den Teller. Gießen Sie das Ganze mit Olivenöl ein, streuen Sie es mit Ihren Lieblingskräutern und mit gehackten Mandeln.

