



THOMY

MANGOCADO-CREVETTES-COCKTAIL

INGRÉDIENTS

g de crevettes fraîches décortiquées

bâtons Avocado

pièce Mango

Bündeln de roquette

Bund Radieschen

pièces Cherrytomaten

g Noisettes

pincée Un peu de sel de table

bouteille Olivenöl

bouteille cuillère à soupe de jus de citron

g THOMY Sauce Cocktail Squeeze

INSTRUCTIONS

Étape 1

Avocados halbieren, Kerne entfernen und mit einem Esslöffel das Fruchtfleisch herauslösen. Würfeln und mit Zitronensaft beträufeln. Mangofruchtfleisch vom Kern schneiden und schälen. In feine Scheiben schneiden.

Étape 2

Radieschen putzen und waschen. Zusammen mit den Kirschtomaten halbieren. Rucola ebenfalls waschen, abtropfen lassen. Haselnüsse grob hacken.

Étape 3

Crevetten mit etwas Olivenöl in einer heißen Pfanne anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Étape 4

Rucola, Haselnüsse, Avocado, Mango, Radieschen, Kirschtomaten und Garnelen mit THOMY Cocktail Sauce Squeeze vermengen. Auf vier kleine Bowls aufteilen. Dein Mangocado-Cocktail hat Potenzial, auf dem Cover eines Reisemagazins zu landen? Dann poste ein Foto davon auf Facebook oder Instagram mit #LOVEthomy.