



Bron: [Amanprana.eu](https://amanprana.eu) | Chef: 1 | ©1

Japanischer Meeresalgensalat mit Avocado

Ingrediënten

- 10 Gramm gemischter Meeresalgensalat (getrocknet)
- ½ Gurke
- 1 Frühlingszwiebel
- 1 Esslöffel gerösteter Sesam (in einer Pfanne ohne Öl kurz anbraten)
- 1 Limette
- 1 Esslöffel Sojasoße
- ½ Esslöffel Sesamöl
- 1 Esslöffel 4Algae Botanico-Kräutermischungen
- 1 Avocado

Extra info

Recept geschikt voor:

4 personen

Moeilijkheid:

Vorbereidingstijd:

minuten

Bereidingstijd:

5 minuten

Totale bereiding:

5 minuten

Gebruikte producten

De **Amanprana producten** die gebruikt zijn bij het maken van japanischer meeresalgensalat mit avocado

Bereidung

1. Weichen Sie die Algen etwa 10 Minuten in einer Schüssel mit Wasser ein.
2. Lassen Sie die Meeresalgen in einem Sieb abtropfen.
3. Halbieren Sie die Hälfte der Gurke der Länge nach und schneiden Sie sie in dünne Scheiben.
4. Auch die Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden.
5. Gurke und Frühlingszwiebel durch die Meeresalgen rühren.
6. Alles in eine Schüssel geben, mit dem Saft einer halben Limette, einem Schuss Sojasoße und etwas Sesamöl abschmecken.
7. Schneiden Sie die Avocado in Stücke und fügen Sie diese zum Meeresalgensalat hinzu.
8. Zum Schluss die gerösteten Sesamkörner und die 4Algae Botanico-Kräutermischungen hinzufügen.

Speziale wensen

- [Vegan](#)
- [Vegetarier](#)