



## Ingrediënten

Tomaten	2
Sjalotten	0,25
Avocado	1
Bieslook (fijngesneden )	1 el
Olijfolie	
Citroenen (sap)	0,25
Peper	
Zout	
Verse garnaalkroketter	2
Grijze garnalen	50 g
<b>VOOR DE COULIS :</b>	
Bladspinazie	50 g
Peterselie	0,5 bosjes
Olijfolie	

## Recept

1. Kook de spinazie en de [peterselie](#) kort in ( licht gezouten) water. Schep de peterselie en spinazie in (een ruime kom) ijswater en laat afkoelen. Doe het spinazie-peterseliemengsel samen met een scheutje [olijfolie](#) in de blender en mix. Breng op smaak met [peper](#) en [zout](#). Voeg eventueel een scheutje water toe indien de coulis te dik is.
2. Maak met een scherp mes een kruisje aan de onderkant van de tomaten. Dompel ze vervolgens onder in het kokend water en leg ze daarna in het ijswater. Pel de tomaten. Snij ze in vier en verwijder de pitten. Snij het vruchtvlees van de tomaten in kleine blokjes.
3. Pel en snipper de [sjalot](#) heel fijn. Pel de [avocado](#) en verwijder de pit. Snij het vruchtvlees eveneens in kleine blokjes. Meng de tomaten met de avocado's, de sjalot en de [bieslook](#). Doe er een scheutje olijfolie en een beetje citroensap bij. Breng op smaak met peper en zout.
4. Giet de coulis op een bord en wrijf een beetje open met de bolle kant van een lepel. Zet een dresseerring in het midden van de coulis. Schep er de salade in en druk kort aan. Leg de garnaalkroketten en garnalen op de tomatensalade. Haal de dresseerring weg. Werk het geheel af met nog enkele garnalen en een takje peterselie.

## Bron



<https://www.dekeukenvanlidl.be/recipes/garnaalkroket-gourmand>

## Info Martine Lycke

09/11/2022

Spinazie koken en laten uitlekken

In mixer:

+ peterselie

+ olijfolie

+ look

+ cayennepeper

In kom:

Kerstomaatjes wassen en in 2 snijden

Mengen met :

½ Ui versnipperd

1 Avocado in blokjes gesneden

Scheutje Citroensap

Bieslook

Olijfolie

In diep bord:

Spinaziecoulis

Avocado mengsel

Garnalenkroket

Grijze garnalen

Wat Luzernescheuten (Makro

1.45€)

Fotos

