

HONDURAS GARNALEN TACO






INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN:

160 gr	Honduras garnalen	1 bos	bosui
4	tortilla wraps Ø 12cm	1 teen	knoflook
150 gr	popcorn maïs	6 st	cherry tomaat
1	avocado	1 bos	kervel en dille
1	Little Gem sla	50 ml	olijfolie
1	rode peper	1 tl	kerrievoer
2	limoen	1 snuf	zeezout fijn

Kijk voor meer garnalen recepten
op www.klaaspuul.com

HONDURAS GARNALEN TACO

PUUL
Shrimps of the World

 4 personen
 25 minuten
 gemiddeld

Garnalen uit Honduras zijn gekweekte, tropische garnalen. Dit gebeurt veelal aan de kust in aangelegde vijvers. Steeds vaker is deze kweek duurzaam gecertificeerd. Onder ideale omstandigheden kunnen de garnalen zo'n 20 cm groot worden.

BEREIDINGSWIJZE:

Verhit de olijfolie in een pan met bijpassende deksel, strooi de maïskorrels samen met een halve eetlepel kerrievoeder en de knoflook in de pan, bak het vervolgens tot popcorn. Breng op smaak met zout en bewaar de popcorn op keukenpapier.

Rasp 1 limoen in een mengkom, snijd de segmenten uit en meng deze met wat olijfolie en de limoenrasp.

Schil en ontpit de avocado, prak deze met wat fijngesneden rode peper.

Meng de Honduras garnalen met de limoen, een paar eetlepels geprakte avocado en een snufje zout. Snijd de overige limoen in dunne plakjes en bewaar voor garnering.

Bak de tortilla wrap kort in een droge hete pan hard aan, tot beide kanten kleuren.

Vouw deze vervolgens om een deegroller heen tot een tacomantel, doe dit met enige haast anders hard de wrap te snel uit!

Snijd de Little gem sla in losse blaadjes en halveer de cherrytomaatjes.

Snijd de bosui ragfijn in dunne plakjes en pluk de kervel en dille in mooie kleine blaadjes.

OPMAAK:

Neem een klein diep bordje. Leg wat popcorn in het midden en daar middenin wat avocadoprak. Vul de tacomantel eerst met wat Little gem blaadjes en vervolgens het garnalenmengsel. Leg de taco nu in het midden op het avocadomengsel tussen de popcorn. Garneer de taco met een limoenschijf, 3 halve cherrytomaatjes en wat blaadjes kervel en dille.