

Mangosalat mit schwarzen Bohnen und Avocado-Mousse

Gesamtzeit **6 Min.** **6 Min.** Vorbereitungszeit

ZUTATEN

10 Portion(en)

Für den Salat:

- 4** reife Avocados (ca. 625 g, reines Fruchtfleisch)
- 25 ml** Limettensaft
- 25 ml** Kikkoman natürlich gebrauchte Sojasauce
- 4** reife Mangos, gewürfelt (ca. 925 g / 1 x 1 cm)
- 700 g** schwarze Bohnen, gekocht
- 120 g** rote Zwiebel, fein gehackt
- 5 g** Koriander, gehackt

Für das Dressing:

- 50 ml** Limettensaft
- 90 ml** Olivenöl
- 75 ml** Kikkoman natürlich gebrauchte Sojasauce
- 5 g** Salz

Für die Deko:

- 5 g** Korianderblätter

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Fruchtfleisch der Avocados mit Limettensaft und Kikkoman Sojasauce glatt pürieren.

Schritt 2

Mangowürfel, schwarze Bohnen, Zwiebeln und Koriander in eine Schüssel geben. In einer zweiten Schüssel Limettensaft, Olivenöl und Kikkoman Sojasauce verrühren, um das Dressing zuzubereiten. Dressing über die Mango-Bohnen-Mischung geben.

Schritt 3

Salat mit Avocado-Mousse auf Teller verteilen und mit Korianderblättern garniert servieren.