

Rezept

Vegane Avocado-Cashew-Schiffchen

Ein Rezept von Vegane Avocado-Cashew-Schiffchen, am 17.12.2025

Zutaten

2 EL Zitronensaft	2 TL Ahornsirup
1 TL Dijon-Senf	1 Knoblauchzehe
2 EL Walnussöl	Kräutersalz
Pfeffer	80 g Cashewkerne
3 Frühlingszwiebeln	2 kleine reife Avocados (z. B. »Hass«)
50 g getrocknete Cranberries	1 Romana-Salatherz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 390 kcal

Zubereitung

1. Für das Dressing Zitronensaft, Ahornsirup und Senf verrühren. Den Knoblauch schälen und dazupressen. Das Öl unterschlagen und das Dressing mit Kräutersalz und Pfeffer abschmecken.
2. Die Cashewkerne grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett hellbraun rösten, herausnehmen. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden.
3. Die Avocados halbieren und die Kerne entfernen. Die Hälften schälen und in Würfel schneiden. Die Avocadowürfel dann mit Cashews, Frühlingszwiebeln, Cranberries und dem Dressing mischen und kurz ziehen lassen.
4. Inzwischen das Salatherz zerpflücken und 8 schöne Blätter auswählen (die restlichen Blätter anderweitig verwenden). Den Avocadosalat nach Belieben noch mit etwas Kräutersalz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken und portionsweise auf die Salatblätter häufen. Die Schiffchen auf einer Servierplatte anrichten und als Fingerfood servieren.