



Foto: Lars Paulsson

Räkor och grönsaker i paket med avokadoröra

Ingredienser 4 personer

0,5 kg	räkor med skal, gärna lyxräkor
2 st	paprikor
4 st	salladslökar
1 st	stor fänkål, (ca 300 g)
3 msk	olivolja
2 st	vitlösklyftor, pressade
0,5 st	spansk peppar, finstrimlad
0,5 tsk	salt

Röra

2 st	avokadofrukter
1 dl	matlagingsyoghurt
2 krm	salt
1 krm	svartpeppar

Tillbehör

grillad fisk och vitt bröd

Tillagning

Ett härligt räk- och grönsakspaket som jag serverar till grillad fisk.

Om man ökar på räkmängden till 1 kilo blir det en hel rätt i sig.

1. Skala räkorna. Kärna ur och strimla paprikan. Dela salladslöken i bitar och strimla fänkålen.
2. Lägg grönsaker och räkor på 4 aluminiumfolieark. Blanda olja, vitlök, spansk peppar och salt. Håll det över och vik ihop paketen.
3. Dela, kärna ur och ta avokadoköttet ur skalerna. Mosa köttet och rör i yoghurt, salt och peppar.
4. Lägg paketen på grillen över glöden och låt dem ligga 10-15 minuter.