

Thai Mango Salat



Zutaten:

- 2 reife Mangos
- 2 Limetten
- 1 Möhre
- 1 rote Paprikaschote
- 1 rote Chilischote
- 1 EL Sojasauce
- 1 EL Zucker
- 3 EL Erdnussöl
- 50 g Erdnüsse - geröstet & gesalzen
- 1 Bund Koriander, frisch
- 1 Prise Salz

Zubereitung:

Limetten, Paprika- und Chilischote abwaschen. Die Schale einer Limette fein abreiben und beide Limetten auspressen. Die Chilischote entkernen, fein schneiden und mit dem Limettensaft, dem Abrieb, Sojasauce und Zucker verrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Mit dem Erdnussöl aufschlagen und mit Salz abschmecken.

Die Erdnüsse in einer Pfanne oder im vorgeheizten Backofen - auf einem, mit Backpapier belegten Blech - bei 180° C 8 - 10 Minuten rösten. Gelegentlich wenden. Wenn sie zu duften beginnen, sind sie fertig.

Die Mangos schälen und entkernen, anschließend in Würfel schneiden.
Paprika entkernen und Zwischenhäute entfernen, dann ebenfalls klein schneiden.
Die Möhre schälen und fein raspeln.

Alles miteinander vermischen, den klein geschnittenen Koriander dazugeben und das Dressing darüber geben. Anschließend auf Teller oder Schüsselchen verteilen und mit den Erdnüssen bestreuen.

Guten Appetit 😊😊