

# Mango-Porree-Salat

## Für zwei Personen

1 reife Mango	1 rote Paprika	1 gelbe Paprika
1 Karotte	1 Porree	50 g Rucola
2 Limetten	1 rote Chilischote	25 g Erdnüsse
1 Bund Minze	1 EL Sojasauce	1 EL Zucker
3 EL Erdnussöl	1 Prise Salz	

Die Schale einer Limette fein abreiben, anschließend beide Limetten halbieren und auspressen. Chilischote halbieren, entkernen, fein hacken und mit Limettensaft, Limettenabrieb, Sojasauce und Zucker verrühren.

Erdnussöl unterschlagen und Dressing mit Salz abschmecken.

Erdnüsse in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten.

Rucola abrausen und trockenwedeln. Mango schälen, entkernen, Fruchtfleisch in Streifen schneiden. Beide Paprika halbieren, von den Kernen und Scheidewänden befreien und in dünne Streifen schneiden.

Karotte schälen, grob raspeln. Porree in feine Ringe schneiden.

Minze abrausen, trockenwedeln und fein hacken und mit Mango, Paprika, Rucola, Karotte, Porree in einer großen Schüssel vermischen.

Dressing unterheben und mit Erdnüssen bestreuen.

Marcel Juhas am 30. März 2021