

Schafskäse, Mangosalsa, Mangopüree, Wildkräuter-Salat

Für zwei Personen

Für den Schafskäse:

2 Sch. Feta à 200 g	1 Ei	250 ml Mineralwasser
100 g Panko	100 g Mehl	100 g Speisestärke
$\frac{1}{2}$ TL Chiliflocken	$\frac{1}{2}$ TL Paprikapulver	Pflanzenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Mangosalsa:

1 reife Mango	7 Kirschtomaten	1 rote Zwiebel
1 Jalapeño	1 Limette, Saft	3 Zweige Koriander
1 EL brauner Zucker	2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für das Mangopüree:

1 Mango	1 EL Apfelessig	3 Zweige Minze
1 TL brauner Zucker		

Für den Wildkräutersalat:

100 g Wildkräutersalat	1 EL flüssiger Honig	1 TL Senf
1 EL Apfelessig	1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Garnitur:

30 g Walnüsse	2 EL flüssiger Honig
---------------	----------------------

Für den Schafskäse: Den Feta abtropfen lassen und trockentupfen. Dann mit Chili, Paprika, wenig Salz und Pfeffer von beiden Seiten würzen.

Tempura-Teig aus Ei, Mehl, Mineralwasser und Speisestärke anrühren.

Feta durch den Teig ziehen und dann in Panko wenden.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Schafskäse darin goldbraun ausbacken.

Auf Küchentrepp abtropfen lassen.

Für die Mangosalsa: Mango schälen, halbieren, entsteinen und das Fruchtfleisch fein würfeln.

Tomaten waschen und fein würfeln. Zwiebel abziehen und hacken.

Jalapeño längs halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und fein hacken. Limette auspressen. Koriander hacken. Alles zusammen in eine Schüssel geben und mit Öl, Zucker, Salz und Pfeffer zu einer Salsa verrühren.

Für das Mangopüree: Mango schälen, halbieren, entsteinen und das Fruchtfleisch grob würfeln.

Mit Minzblättern, Apfelessig, Zucker und ein wenig Wasser in einem Multizerkleinerer zu einem Püree aufmixen.

Für den Wildkräutersalat: Salat waschen und trockenschleudern. Honig, Apfelessig, Senf, 1 Esslöffel Mangopüree (s.o.) und Olivenöl zu einem Dressing vermengen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und kurz vor dem Servieren über den Salat geben.

Für die Garnitur: Walnüsse in einer Pfanne ohne Öl rösten. Honig darüber geben und kurz karamellisieren lassen.

Jamie Ann Thomßen Bartels am 25. Februar 2025