

Melonenkaltschale, Chicken-Wings, Honig-Glasur

Für zwei Personen

Für die Melonenkaltschale:

1 kleine Honigmelone	2 Limetten, Abrieb, Saft	1 milde Chilischote
100 g griech. Joghurt	250 ml Kokosmilch	2 EL Honig
15 g brauner Rohrzucker	4 Zweige Basilikum	Salz, Pfeffer

Für die Chicken-Wings:

4 Chicken Wings	75 ml Teriyakisauc	75 ml dunkle Sojasauce
2 EL Honig	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Garnitur:

2 Frühlingszwiebeln	3-4 Basilikumblätter
---------------------	----------------------

Für die Melonenkaltschale:

Die Honigmelone halbieren und mit einem Löffel die Kerne entfernen.

Für die Einlage die Hälfte des Fruchtfleisches in kleine Würfel schneiden.

Eine Limette abreiben, beide Limetten halbieren und auspressen. Chili halbieren, entkernen und klein schneiden.

Die andere Hälfte des Melonenfruchtfleisches mit Limettenabrieb, Limettensaft, Honig, Chili, Joghurt, Kokosmilch und Rohrzucker vermischen und in einem Standmixer fein mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Melonenwürfel auf die zwei Melonenschalen verteilen, mit der Melonensuppe auffüllen.

Für die Chicken-Wings:

Chicken Wings waschen und abtrocknen. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen, Chicken Wings salzen und pfeffern und bei mittlerer Hitze in der Pfanne garen. Einen Deckel auf die Pfanne geben.

Teriyakisauc, Sojasauce und Honig miteinander vermengen. Wenn die Wings angebraten sind und schon etwas Farbe zeigen, die Sauce mit in die Pfanne geben. Wings solange in der Sauce braten, bis die Sauce reduziert ist. Immer mal wieder umrühren.

Für die Garnitur:

Frühlingszwiebeln klein schneiden und die Chicken Wings damit garnieren. Basilikum zupfen, waschen und abtrocknen und die Suppe damit garnieren.

Antonio Cappadona am 23. September 2025