

Papaya-Garnelen Salat



Ingrédients

Zutaten für 4 Portionen

500 g Garnelen, geschält und entdarmt
3 EL Limettensaft, frisch gepresst
1 EL Zucker
1 TL TABASCO® Red Pepper Sauce
1 rote Chili, ohne Samen und fein geschnitten
1 Knoblauchzehe, gepresst
1 reife Papaya, geschält, entkernt und gerieben
1 große Karotte, geschält und gerieben
1 kleiner Bund Koriander, frisch gehackt
30 g gesalzene Erdnüsse, gehackt
Limettenscheiben und Koriander zum Dekorieren
2 EL Olivenöl
Salz zum Abschmecken

Préparation

Garnelen mit Olivenöl vermengen und mit Salz würzen. Garnelen mit Chili von beiden Seiten je ungefähr 1 Minute lang bei mittlerer Hitze anbraten bis die Garnelen sich rosa färben und durch sind. Danach vom Herd nehmen und beiseite stellen.

Papaya und Karotte reiben.

Limettensaft, Zucker, TABASCO® Sauce und Knoblauch in einer großen Schüssel vermischen. Garnelen, geriebene Papaya und Karotte sowie Koriander dazugeben und alles gut vermengen.

Salat vor dem Servieren mit gehackten Erdnüssen bestreuen und mit Limettenscheiben und Korianderblättchen garnieren.



Haecky Import AG

Duggingerstrasse 15, Postfach, CH-4153 Reinach BL
Tel.: +41 (0)61 716 81 81, Fax: +41 (0)61 716 81 72; haecky@haecky.ch
www.haecky.ch