

Gurkensalat asiatisch gewürzt

Dieses Rezept Gurkensalat asiatisch gewürzt, ergibt einen im Biss knackigen, etwas scharfen Gurkensalat mit einer pikant asiatischen Würznote.

Zutaten: für 2 Personen

1 grüne Salatgurke

1 Frühlingszwiebel

Für die Salatmarinade:

1 Knoblauchzehe

½ - 1 rote frische Chilischote

Ca. 2 EL Weißweinessig

1 EL helle Sojasauce

½ - ¾ EL Zucker

1 Messerspitze Koriander Pulver

1 Messerspitze Salz

1 EL Sesamöl

Außerdem:

Fein geschnittene Petersilie

oder frische Korianderblättchen



Zubereitung:

Für die Zubereitung vom Rezept **Gurkensalat asiatisch gewürzt**, wird zuerst eine knackig frische Gurke geschält.

Anschließend gleich in eine darunter stehende Salatschüssel auf dem Gemüsehobel in Scheiben gehobelt.

Die Frühlingszwiebel samt dem Grünanteil in feine Ringe schneiden und zu den Gurken in die Schüssel geben.

Eine halbe oder je nach Vorliebe auch eine ganze scharfe rote Chilischote der Länge nach durchschneiden.

Die Kerne und die Innenhäute mit einem Messer heraus streifen.

Die Schote in feine Streifen schneiden.

Für die Salatmarinade:

2 EL Weißweinessig, Zucker, 1 zerquetschte Knoblauchzehe, helle Sojasauce, jeweils 1 Messerspitze Korianderpulver und Salz, sowie die Chilischoten Streifen in eine kleine beschichtete Pfanne geben. Den Inhalt einmal aufkochen, die Pfanne zur Seite ziehen und etwas auskühlen lassen.

Sesamöl hinzu geben und mit einer Gabel unterrühren.

Die Salatmarinade über die Gurkenscheiben gießen, unterheben und einige Zeit durchziehen lassen. Vor dem Servieren kosten, eventuell etwas nachwürzen und mit klein geschnittener Petersilie oder frischen Korianderblättchen bestreut als asiatischen Gurkensalat zu Tisch bringen.

Kalorienangaben

Eine Portion Gurkensalat asiatisch gewürzt enthalten ca. 80 kcal und ca. 4,2 g Fett

