

Mango-Tomaten-Salat

Beilage zu Fisch oder Fleisch und zum Grillen



Die Zwiebel würfeln, die Chilischote entkernen und enthäuten und ein Stück davon - Menge entsprechend dem persönlichen Geschmack und der Schärfe der Schote - fein hacken. Alle Zutaten für das Dressing in einer Schüssel gut verrühren.

Die Mango schälen, vom Stein schneiden und das Fruchtfleisch in ca. 1 - 1,5 cm große Würfel schneiden. Die Tomaten entkernen und das Fruchtfleisch würfeln.

Beides mit dem Dressing mischen und ca. 2 Stunden ziehen lassen. Zwischendurch umrühren und abschmecken.

Zutaten für 2 Portionen:

2 Romatomate(n)

1 Mango(s), reif aber noch fest

Für das Dressing:

1 EL Fruchtessig (Mango-Balsamessig,
Mangoessig)

2 EL Limettensaft, ca.

1 EL Sesamöl oder anderes Öl

½ TL Salz, ca.

etwas Szechuanpfeffer

1 Prise(n) Zucker, brauner

1 kl. Stück(e) Chilischote(n)

1 kleine Zwiebel(n), rote