

Tip:
Am besten mit den Fingern durchmischen, so werden die Früchte nicht zerdrückt.

Zum Abschluss die Erdnüsse hinzugeben und servieren.

Den Salat abschmecken und nach Geschmack mit Limettensaft, Fischsoße oder der Palmzucker-Paste verfeinern.

Die Kirschtomaten halbieren und zum Salat hinzugeben.

Die Chilis klein schneiden und mit einem TL von der Palmzucker-Paste zu einer zähen Masse vermischen. Den Saft der zweiten Limethälfte über den Garnelen auspressen und vermischen. Die Fischsoße, Papayawürfel, Karottenstreifen, Früchte und die halbierten Weintrauben hinzugeben und mit einem weiteren TL Palmzucker-Paste vermischen.

Obst Som Tam



Zutaten:

- 1 EL Garnelen, mittelgroß
- 2 Thai Chilis
- 25 g Papaya
- 15 g Karotte
- 200 g Fruchtemischung, süß und herb gemischt z. B. Apfel, Birne, Ananas, Mango
- 10 Trauben
- 4 Kirschtomaten
- 1 Limette
- 1 EL Limettensaft
- 2 EL Erdnüsse, ungesalzen und geröstet
- 1 TL Wasser
- 25 g Palmzucker
- 25 ml Fischsoße, thailändisch



Obst Som Tam

Arbeitszeit: ca. 40 Min.

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 4

Zubereitung:

Die Garnelen auf mittlerer Hitze in einer kleinen Pfanne / Wok knusprig anbraten (ca. 5 Minuten) und danach in eine kleine Schüssel zum Abkühlen zur Seite stellen.

Den Palmzucker in eine weitere kleine Schüssel geben, mit dem 1 TL Wasser beträufeln. Die Schüssel in die Mikrowelle stellen und für 10 – 30 Sekunden auf niedriger Stufe den Palmzucker anwärmen. Die Mischung zu einer Paste drücken.

Die Hälfte der Limette in 6 gleich große Stücke schneiden. Papaya und Früchte (mit ungenießbaren Schalen) schälen und in kleine Würfel schneiden. Karotte schälen und in ca. 8 cm lange und dünne Streifen schneiden.