

### Rezept

# **Japanischer Obstsalat**

Ein Rezept von Japanischer Obstsalat, am 28.04.2024

#### Zutaten

- 1 Stück Ingwer (2 cm)
  - 1TL flüssiger Honig
    - 1 reife Mango
    - 1 Baby-Ananas

- 1 Bio-Limette
- 6 Minzeblättchen
- 1 reife Papaya

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 110 kcal

## **Zubereitung**

- 1. Ingwer schälen und fein reiben. Die Limette heiß waschen, trockenreiben. 1 TL Schale fein abreiben und den Limettensaft auspressen. 3 EL Limettensaft mit abgeriebener Limettenschale, Ingwer und Honig glatt rühren. Die Minzeblättchen waschen, 2 Blättchen in feine Streifen schneiden.
- 2. Die Mango schälen, das Fruchtfleisch in breiten Streifen vom Stein schneiden. Die Papaya längs halbieren, die schwarzen Kerne mit einem Löffel entfernen. Papayahälften schälen. Ananas schälen und vierteln. Alles in mundgerechte und dekorative Stücke schneiden.
- 3. Fruchtstücke sofort mit der Limetten-Ingwer-Mischung und den Minzestreifen vermengen. Den Obstsalat mit übrigem Limettensaft abschmecken. Zugedeckt kühl stellen. Zum Servieren mit den restlichen Minzeblättern garnieren.