Rezept

Mango-Tomaten-Salat

Ein Rezept von Mango-Tomaten-Salat, am 28.04.2024

Zutaten

- **4** Fleischtomaten
- **1** Kugel Mozzarella (125 g)
- **3 EL** Weißweinessig
- **4 EL** Olivenöl
- ½ TL brauner Zucker
- **1** große Mango
- Saft von ½ Orange
- **2 EL** Sojasauce
- **1** rote Chilischote
- ½ Bund Basilikum

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 240 kcal

Zubereitung

1. Die Tomaten waschen, quer halbieren und in Scheiben schneiden, dabei die Stielansätze entfernen. Die Mango schälen, das Fleisch vom Stein schneiden und in dünne Scheiben schneiden. Den Mozzarella abgießen, trockentupfen, halbieren und ebenfalls in dünne Scheiben schneiden.

2. Orangensaft mit dem Essig und der Sojasauce mischen, gut mit dem Öl verquirlen. Die Chilischote waschen, entstielen, längs halbieren, entkernen und fein hacken. Mit dem Zucker unter die Sauce rühren. Basilikumblättchen abzupfen, die Hälfte davon fein hacken und unter die Sauce mischen.

3. Abwechselnd die Tomaten-, Mango- und Mozzarellascheiben überlappend auf einer Platte oder vier Tellern anrichten. Die Sauce darüber träufeln und die übrigen Basilikumblättchen darauf streuen.