Rezept

Scharfer Ananas-Salat mit Feta

Ein Rezept von Scharfer Ananas-Salat mit Feta, am 29.04.2024

Zutaten

etwa 500 g	Ananas (frisch, notfalls auch aus der Dose)
1/2 - 1	frische rote oder grüne Chilischote
1 Bund	frische Minze
	150-200 g Feta
1 große	rote Zwiebel (oder 2 kleine)
1	Bio-Limette (Schale und Saft)
	frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße 4-6 | **Schwierigkeitsgrad** leicht

Zubereitung

1. Die Ananas schälen und den holzigen Strunk entfernen. Fruchtfleisch in kleine Stücke schneiden und in eine große Schüssel geben.

2. Die rote Zwiebel schälen, dann quer halbieren, vierteln und achteln. In möglichst feine (Viertel-) Ringe schneiden und zur Ananas geben.

3. Die Chilischote waschen und trockentupfen, dann in Ringe schneiden und möglichst fein hacken. Wer es nicht ganz so scharf mag, der schneidet die Schote der Länge nach auf und entfernt Kerne sowie Scheidewände, bevor sie fein gehackt wird (wenn man die Schärfe der Chili nicht abschätzen kann, erstmal in kleinen Mengen zum Salat geben, nachwürzen läßt sich immer).

4. Die Limette heiß waschen und trockenreiben, dann die Schale fein abreiben und die Limette auspressen. Beides über den Salat geben und untermengen.

5. Die Minze kalt abbrausen und trockentupfen, dann die Blätter in feine Streifen schneiden und zugeben .

6. Mit etwas frisch gemahlenem Pfeffer würzen und zum Schluß noch den Feta darüber krümeln.

7. Die Mengen für diesen Salat sind nur Circa-Angaben, gerade Zutaten wie Minze oder Chili können nach persönlichen Vorlieben verwendet werden. Wer dem Ganzen eine asiatische Note geben möchte, der verwendet statt Minze frischen Koriander oder mischt beides. Noch exotischer wird der Salat, wenn man einen Teil der Ananas durch frische Mango ersetzt.