Rezept

Mangocarpaccio mit luftgetrocknetem Schinken

Ein Rezept von Mangocarpaccio mit luftgetrocknetem Schinken, am 20.06.2025

Zutaten

- **1** Mango
- **1 EL** kalt gepresstes Haselnussöl
- **100 g** luftgetrockneter Schinken (in hauchdünnen Scheiben)
- **1 TL** Winzer-Weißweinessig oder einige Spritzer Limettensaft

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 105 kcal

Zubereitung

1. Das Fruchtfleisch der Mango der Länge nach rechts und links vom Kern abschneiden. Diese »Bäckchen« schälen und mit den Schnittflächen nach unten auf die Arbeitsfläche legen. Das Fleisch mit einem scharfen Messer längs in möglichst dünne Scheiben schneiden. Restliches Fruchtfleisch vom Kern schneiden, schälen und fürs Carpaccio oder anderweitig verwenden.

2. Den luftgetrockneten Schinken in grobe Stücke zupfen. Das Haselnussöl mit dem Weinessig oder dem Limettensaft verrühren.

3. Anrichten: Die Hälfte des Schinkens auf vier Teller verteilen. Darauf die Mangoscheiben anrichten und mit dem Dressing beträufeln. Die restlichen Schinkenstreifen dekorativ darüberlegen.