

## Rezept

# Pomelo-Hähnchen-Salat

Ein Rezept von Pomelo-Hähnchen-Salat, am 05.12.2025

## Zutaten

<b>25 g</b> gepresste Tamarinde	<b>50 g</b> Kokosraspel
<b>50 g</b> geröstete gesalzene Erdnüsse	<b>6</b> Thai-Schalotten
<b>400 g</b> gegrilltes Hähnchenfleisch (ohne Haut)	<b>2</b> Pomeles
<b>2 EL</b> Öl	<b>2 EL</b> Palmzucker
<b>6 EL</b> Limettensaft	<b>4 EL</b> helle Sojasauce
<b>250 g</b> gegarte Garnelen (Partygambas)	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 445 kcal

## Zubereitung

1. Die Tamarinde in 100 ml Wasser einweichen. Die Kokosraspel in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, zum Abkühlen beiseite stellen. Erdnüsse im Mörser grob zerstoßen.
2. Die Schalotten schälen und klein schneiden. Das Hähnchenfleisch in Streifen schneiden. Die Pomeles heiß abwaschen, wie eine Orange schälen und in Spalten teilen. Das Fruchtfleisch aus den Häutchen lösen, in mundgerechte Stücke zerplücken.
3. Das Öl in der Pfanne erhitzen, die Schalotten darin knusprig braten, herausnehmen. Die Tamarinde durchkneten und den Saft durch ein feines Sieb in die Pfanne streichen. Palmzucker dazugeben und bei starker Hitze 3 Min. einkochen lassen. In eine Schüssel gießen, Limettensaft und Sojasauce untermischen. Pomelostückchen, Hähnchenfleisch, Garnelen und Kokosraspel hinzufügen und vorsichtig mischen. Mit den Erdnüssen und den Schalotten bestreut servieren.