

Exotischer Obstsalat mit Pinienkern-Krokant

Zutaten für den Obstsalat (für 6-8 Portionen):

- 1 Mango
- 1 kleine Papaya
- 10 Kumquats
- 2 Kiwis
- 1 Banane
- 1 Sternfrucht
- 0,2 Ananas
- 2 Passionsfrüchte
- 1 Limette
- 2 EL Rohrzucker
- 1 Schote Vanille
- 2 Kapseln Kardamom
- 0,5 TL Kaffeepulver

Kumquats säubern und in Scheiben schneiden. Das Fruchtfleisch der Passionsfrüchte aus den Schalen kratzen. Die anderen Früchte schälen und würfeln. Alles in eine Schüssel geben. Die Kardamom-Kapseln aufbrechen und die kleinen Kerne hacken. Die Vanille-Schote auskratzen.

Vanillemark und Kardamom unter die Früchte rühren. Die ausgekrazte Vanillestange ebenfalls hinzufügen. Den Obstsalat mit Limettensaft und Rohrzucker abschmecken. Zum Schluss 1 Prise Kaffeepulver hinzufügen. Mindestens 30 Minuten ziehen lassen.

Zutaten für den Pinienkern-Krokant:

- 80 g brauner Zucker
- 100 g Pinienkerne
- 2,5 EL Wasser

Zucker in einen Topf geben und zu Karamell schmelzen lassen, dann etwas Wasser hinzufügen. Die Pinienkerne in den Topf geben und mit der Karamellmasse verrühren. Die Masse aus dem Topf nehmen, auf Backpapier geben, etwas auseinanderdrücken und erkalten lassen. Krokant mit einem schweren Gegenstand zerbröseln.

Sendung/Quelle: Sass: So isst der Norden

Sendetermin: 04.11.2023

Koch/Köchin: Rainer Sass

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen