

## Wildkräutersalat mit gebackenen Garnelen auf Mango – Ingwercoulis – 4 Personen



### Zutaten für die Garnelen:

- 0,5 kg Wildwasser-Garnelenschwänze
- 0,1 kg Tempuramehl
- ¼ l kaltes Wasser
- etwas Kurkuma oder Safranpulver
- 1 l Raps – oder Sonnenblumenöl
- Salz

### Zutaten für das Mango – Ingwercoulis:

- 0,25 kg Wildkräutersalat oder Feldsalat
- 1 süße Thaimango (am besten Flugware)
- 0,1 l Mangomark (oder das Püree einer zusätzlichen Mango)
- 5 cl weißer Port
- 4 cl Noilly Prat
- Saft von einer ½ Zitrone
- Saft von einer Orange
- 1 kl. Ingwerknolle
- 1 kl. Stück sehr fein geschnittene Peperoni Schote
- ½ Essl. Walnussöl
- 2 Essl. Olivenöl
- 1 Spritzer weißer Balsamico
- ½ Teel. Zucker
- je ein Teel. schwarzer und weißer Sesam
- eine gute Prise Salz
- Schalotten
- Estragon

## Zubereitung

Wildkräutersalat bzw. Feldsalat putzen, mehrmals gut waschen und trockenlegen.

Die Mango schälen und den Kern entfernen. Das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Die Abschnitte aufheben. Die Ingwerknolle schälen und mit einer Reibe (sehr fein gerieben) zu der Mango geben.

Mango abschnitte und Mango Mark (bzw. die zusätzliche Mango) mit den restlichen Zutaten mischen, danach in einem Mixer oder mit einem Mixstab fein pürieren und 2/3 der Sauce zu den Mango Würfel geben.

Das Tempura Mehl mit dem ¼ l Wasser und die Kurkumapulver oder Safranpulver zu einem dünnflüssigen Teig verarbeiten. Den Sesam unterrühren und mit Salz würzen.

Die Garnelenschwänze schälen, der Länge nach halbieren und die Darmreste entfernen. Danach salzen, in Mehl wenden, in den Tempura teig tauchen und in reichlich Raps- oder Sonnenblumenöl schwimmend ausbacken.

Die Mango Würfel (bzw. Coulis) auf Teller anrichten, den Feldsalat daraufsetzen, mit der restlichen Sauce beträufeln und mit den gebackenen Garnelen servieren.