



Chicorée – Mango Salat **Sommerlich fruchtiger Salat als Beilage**

Zutaten:

- 2 große Chicorée
- 1 - 2 Romana Salatherz (je nach Größe / Wahlweise anderer Salat)
- 1 - 2 Mango (je nach Größe)
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 Limette (Saft davon)
- 5 El Öl
- 1,5 El Honig
- 1 Prise Fleur de Sel (oder anderes Salz)
- 1 Prise Chiliflocken

Zubereitung:

Zuerst kommen die Putz- & Schnippel arbeiten.

Den Chicorée unten abschneiden, halbieren und den Strunk keilförmig ausschneiden, damit die einzelnen Blätter abfallen.

Die Mango schälen, den faserigen Kern entfernen und das Fruchtfleisch in 3-5 cm längliche Stifte schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, in feine Ringe schneiden. Die Romana Salatherzen zerkleinern und waschen.

Für das Dressing das Öl, den Honig und den Limettensaft gut vermischen, mit Fleur de Sel und Chiliflocken abschmecken.

Der Geschmack muss gut harmonieren und kann ruhig etwas dominant rüber kommen.

Nun alles in einer großen Schüssel durchmengen (verrühren) und mindestens 1-2 Stunden im Kühlschrank durchziehen lassen.



The BBQ Blog from the Baroque Town Fulda

<http://www.grillke.de>

<https://www.facebook.com/BbqFulda>

<https://www.instagram.com/grillke/>

