

Gegrillter Seeteufelspieß mit Mango-Frühlingszwiebel-Löwenzahnsalat

Zutaten (4 Personen)

4 Stangen Zitronengras
12 Seeteufelmedaillons (je 30 g)
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
1 Chilischote
2 EL Sesamöl
2 EL Limonenöl
2 EL Sojasauce
1 Mango
1 Bund Frühlingszwiebel
1/2 Chilischote
1 Bund Löwenzahnsalat
20 ml Olivenöl
Salz
schwarzer Pfeffer, gemahlen

Vinaigrette

5 EL weißer Balsamico-Essig
3 EL Sesamöl
5 EL Limonenöl
1 EL Koriandergrün, gehackt
1/2 EL Knoblauch, gehackt
1/2 EL Ingwer, gehackt
etwas Zucker
Salz
Pfeffer
Chili aus der Gewürzmühle

Zubereitung

Die Zitronengrasstangen spitz zuschneiden. Je drei Seeteufelmedaillons auf einen Zitronengrasspieß stecken und mit Pfeffer würzen. Schalotte und Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Stielansatz der Chilischote abschneiden. Chili längs halbieren und die Kerne mit einem spitzen Messer herausschaben. Die Schote längs in feine Streifen, dann in feine Würfel schneiden. Aus den Schalotten- und Knoblauchwürfeln, Chili, den beiden Ölsorten und der Sojasauce eine Marinade anrühren und diese über die Seeteufelspieße gießen. Die Spieße damit marinieren und dabei ab und zu wenden.

Die Mango schälen, entkernen und in Streifen schneiden. Die Frühlingszwiebel putzen, waschen und in Ringe schneiden. Vom Löwenzahn nur die Spitzen abzupfen, waschen und trocken schleudern. Aus Essig, den beiden Ölsorten, Zucker, Koriandergrün, Knoblauch und Ingwer eine Vinaigrette rühren. Die Mangostreifen, Frühlingszwiebel und Löwenzahn mit der Vinaigrette marinieren. Den Salat mit Salz, Pfeffer und gemahlenem Chili abschmecken und auf vier Tellern anrichten.

Zum Schluss die Seeteufelspieße in einer heißen Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten braten, mit Salz würzen und auf dem Salat anrichten.