

Indonesischer salat (Beilagen)



Zubereitung

Schneiden Sie die Kokosnuss in zwei Hälften. Entfernen Sie das Fruchtfleisch aus einer der Hälften (wenn Sie den Salat in der anderen Hälfte dienen wollen). Schälen Sie die Garnelen und lassen Sie sie in leicht gesalzenem Wasser kochen. Schneiden Sie die Gurke in große Würfel ohne die Schale wegzunehmen. Schneiden Sie die Zwiebel in dünne Scheiben. Schneiden Sie das Kokosnussfleisch in kleine Würfel und reiben ein wenig davon. Hacken die frische Minze. Kombinieren Sie in einer kleinen Schüssel den Baldrian, die Kokosnuss, die Sojasprossen, ein wenig frische Minze, die Garnelen und die Gurke, dann mit Salz und Zucker würzen und einem Teelöffel Sambal-Soße (die im Handel gekauft werden kann, aber besser wenn Sie machen es selbst). Übertragen Sie den gründlich gemischten Salat in die Kokosnussschale, die Sie beiseite gestellt haben und servieren mit ein wenig geriebener Kokonuss daoben. Et voila, Ihr indonesischer Salat ist fertig!

Tipps

Die Kokosnuss ist auf jeden Fall sehr lecker und sehr lecker, aber es ist ebenso kalorienreich: so seien Sie mit der Portionsgröße vorsichtig, wenn Sie auf Diät sind.

Allgemeinwissen

Der Baldrian, oder 'Valeriana' auf italienisch, leitet seinen italienischen Namen von dem lateinischen 'wert sein', und daher seine ursprüngliche Bedeutung "sich wohl fühlen".

Informationen

Zubereitung 30 Minuten

Dient X Serviert 2 Personen

Schwierigkeitsgrad Einfach

la terra di Puglia



Unsere Produkte kaufen

Autentici prodotti di Puglia solo su
shop.laterradipuglia.it

Wir versenden die Deutschen innerhalb von 48 Stunden
Ausgewählte Produkte von höchster Qualität

DISCOUNT10

Verwenden Sie diesen Code einen Rabatt von 10% zu erhalten

Zutaten

Kokosnüsse 1 Einheit

Sojabohnensprossen

Baldrian

Gurken (1 Gurke)

Sambalsoße (1 Esslöffel Sambal-Soße)

Garnelen 200 Gramm

12

Minze

Frühlingszwiebeln