KOCHREZEPTE FRISCH AUS MALLORCA von Fet a Sóller

Orangen-Erdbeersalat

Zubereitungsdauer: 30 min. · Schwierigkeitsgrad: sehr einfach · vegetarisch

Portionen

Zutaten für 4 Personen.

Zutaten

400 g reife Erdbeeren
3 St. naturbelassene Orangen
1 St. reife Mango - oder 1/2 reife Ananas
1 St. Zitronen, naturbelassen
150 ml Wasser
80 g Zucker
5 St. Kardamonkapseln
1 St. Zimtstange
2 St. Nelken

Zubereitung

Für den Sirup einen kleinen Topf mit der angebenen Menge Wasser aufsetzen, die Gewürze und den Zucker hineingeben und aufkochen lassen. 5 Minuten köcheln und dann den Topf vom Herd nehmen. Von der Zitrone etwa die Hälfte der Schale fein abreiben, mit in den Zuckersirup geben und den Sirup abkühlen lassen. Die Zitrone auspressen und den Saft später unter den kalten Sirup rühren.

Orangen schälen und in Scheiben schneiden. Die Mango schälen, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch in Spalten schneiden. Die Erdbeeren waschen und vierteln.

Das Obst auf vier Desserttellern dekorativ anrichten. Mit dem kalten Sirup großzügig übergießen. Mit Minze dekorieren und dann genießen.