

Halloumi, Linsen-Salat, Mango-Mayonnaise, Rucola-Pesto

Für zwei Personen

Für den Linsensalat:

150 g Belugalinsen	1 Flugmango	1 rote Paprika
4 Frühlingszwiebeln	1 Knoblauchzehe	2 EL Aprikosenmarmelade
1 TL mittelscharfer Senf	1 TL Sahnemeerrettich	2 EL Branntweinessig
2 EL Rapsöl	Salz	

Für die Mango-Mayonnaise:

$\frac{1}{2}$ Mango	$\frac{1}{2}$ Zitrone, Saft	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe
1 Ei	300 ml Sonnenblumenöl	Salz, Pfeffer

Für das Rucola-Pesto:

1 Bund Rucola	1 Knoblauchzehe	50 g Parmesan
50 g Pinienkerne	150 ml Sonnenblumenöl	Salz, Pfeffer

Für den Halloumi:

250 g Halloumi	1 Ei	Mehl, Panko
Pflanzenöl, Salz	Pfeffer	

Für den Linsensalat:

Die Linsen in mindestens doppelter Menge Wasser ohne Salz gar kochen. Mango schälen und entsteinen, Frühlingszwiebeln putzen, Paprika halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien. Alles klein würfeln. Aus Senf, Sahnemeerrettich, Essig, Öl, gepresstem Knoblauch, Salz, Pfeffer und Aprikosenmarmelade ein Dressing herstellen. Linsen abgießen und dann mit dem Dressing, Mango, Frühlingszwiebeln und Paprika vermengen.

Für die Mango-Mayonnaise:

Mango entsteinen und in Stücke schneiden, Zitrone auspressen und Knoblauch abziehen. Ei in ein hohes Gefäß mit Mango, Zitronensaft, Knoblauch, etwas Salz und Pfeffer geben und pürieren. Sobald die Masse leicht emulgiert, Öl einfließen lassen und weiter pürieren bis eine Mayonnaise entsteht.

Für das Rucola-Pesto:

Pinienkerne kurz in einer Pfanne ohne Öl anrösten und abkühlen lassen.

Rucola hacken und mit Pinienkernen, Öl, geriebenem Parmesan und abgezogener Knoblauchzehe in einen Multizerkleinerer geben und mixen bis ein Pesto entsteht. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Halloumi:

Halloumi in Scheiben schneiden. Ei verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen. Aus Mehl, verquirltem Ei und Panko eine Panierstraße aufstellen und Halloumi darin panieren. In einer Pfanne mit Öl knusprig ausbacken.

Auf Küchentrepp abtropfen lassen.

Lia Kufner am 22. Mai 2024