

Schweine-Kotelett, AsiaGurken-Salat und Thai-BBQ-Soße

Für zwei Personen

Für die Marinade:

4 Schoten Thai-Chili	50 g Ingwer	1 Zehe Knoblauch
1 Orange	100 ml helle Sojasauce	50 g heller Sesamsaat
1 EL Rohrzucker		

Für das Schweinekotelett:

2 Kotelett à 300 g	Salz	Pfeffer
--------------------	------	---------

Für das Thai-BBQ-Sauce:

1 Schote Thai Chili	2 Zehen Knoblauch	0,4 cm Ingwer
1 Limette	2 EL Austernsauce	1 EL Fischsauce
3 EL dunkle Sojasauce	2 EL Ketchup	2 EL flüssiger Honig

Für den Salat:

$\frac{1}{2}$ Gurke	2 Stangen Frühlingszwiebeln	1 Limette
1 rote Zwiebel	1 Stiel Koriander	1 Stiel Thai-Basilikum
2 EL Reissessig	3 EL Sesamöl	2 EL brauner Zucker

Für die Marinade:

Den Ingwer schälen und fein würfeln. Knoblauch abziehen und fein würfeln.

Chili der Länge nach aufschneiden, die Scheidewände und Kerne entfernen und klein schneiden. Ingwer, Knoblauch, Chili und Sojasauce in einer Schüssel gut verrühren. Orangenschale reiben, Orange halbieren, auspressen und Saft auffangen. Zucker, Orangensaft und -abrieb unterrühren. Sesamsaat zum Schluss hinzufügen.

Für das Schweinekotelett:

Das Kotelett waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch in die Marinade einlegen.

Für das Thai-BBQ-Sauce:

Den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Ingwer schälen und fein würfeln.

Chili der Länge nach aufschneiden, Scheidewände und Kerne entfernen und klein schneiden. Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen.

Austern-, Fisch- und Sojasauce in einen Topf geben und leicht erhitzen. Knoblauch, Ingwer, Chili und Limettensaft dazugeben. Mit Ketchup und Honig würzen.

Für den Salat:

Die Zwiebel abziehen, Gurke vom Kerngehäuse entfernen und beides in feine Streifen schneiden. Koriander und Basilikum abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Zitronensaft, Essig, Öl und Zucker in einer Schüssel verrühren. Zwiebel, Gurke, Koriander und Basilikum dazugeben und vermischen. Frühlingszwiebeln waschen, trocken tupfen, von der äußeren Schale und Wurzel befreien, in feine Streifen schneiden und darüber geben.

Das Schweinekotelett mit Asia-Gurkensalat auf Tellern anrichten mit Thai- BBQ-Sauce beträufeln und servieren.

Wilhelm Heger am 20. Juli 2017