

Glasnudel-Salat mit Garnelen und Hackfleisch

Für zwei Personen

200 g gemischtes Hackfleisch	6 Garnelen	100 g Glasnudeln
2 Tomaten	1 rote Paprika	1 grüne Paprika
1 Eisbergsalat	1 Gurke	8 Radieschen
2 Frühlingszwiebeln	4 Zitronen	1 Stück Ingwer
3 kleine Chilischoten	1 Knoblauchzehe	300 ml Geflügelfond
Thai-Fischsauce	Zucker, Salz, Pfeffer	

Den Geflügelfond in einem Wok erhitzen und das Hackfleisch einige Minuten darin garen lassen. Wasser zum Kochen bringen und die Glasnudeln damit übergießen. Die Nudeln zwei Minuten in dem heißen Wasser ziehen lassen, anschließend kalt abschrecken und klein schneiden. Das Hackfleisch abschöpfen und zur Seite stellen. Die Garnelen von Kopf, Schwanz und Darm befreien und waschen. Die geputzten Garnelen und für eine Minuten in den heißen Fond des Hackfleisches geben. Die Garnelen herausnehmen und zur Seite stellen. Die Paprika waschen, trocken tupfen, entkernen und in Würfel schneiden. Die Tomaten waschen, trocken tupfen, halbieren, entkernen und würfeln. Die Radieschen waschen, putzen und würfeln. Die Gurke halbieren, eine Hälfte schälen und ebenfalls würfeln. Die Chilischote längs aufschneiden, von den Kernen befreien und klein schneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden. Den Ingwer schälen und klein hacken. Die Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Alle Zutaten mit den Glasnudeln vermengen. Die Zitronen halbieren und den Saft auspressen. Das Hackfleisch sowie die Garnelen unter die Glasnudelmasse geben. Den Salat mit dem Zitronensaft, etwas Zucker und Fischsauce abschmecken. Einige Blätter von dem Eisbergsalat abzupfen, waschen und trocken tupfen. Den Salat zusammen mit den Eisbergsalatblättern auf einem Teller anrichten und servieren.

Helga Ebeyan am 15. Oktober 2013