

Mango-Polenta

Für 4 Personen

1 Mango, reif	0,5 Zitrone	1 cm Ingwer, frisch
1 Zehe Knoblauch	4 Schalotten, klein	1 EL Sesamöl, dunkel
2 EL Sonnenblumenöl	330 g Mangomark	0,5 l Kokosmilch
125 ml Wasser	2 EL Fischsoße	0,5 TL Chiliflocken
2 EL Soße, süßsauer	250 g Schnellpolenta	Szechuanpfeffer
Sojasoße, Salz		

Das Fruchtfleisch der Mango in Würfel schneiden. Den Saft der Zitrone auspressen. Den Ingwer und die Knoblauchzehe fein reiben. Die Schalotten fein würfeln. Sesamöl und Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und die Schalotten darin anrösten. Schalotten, Ingwer- und Knoblauchwürfel, Zitronensaft, Mangomark, Kokosmilch, Wasser, Chiliflocken, süßsaure Soße, Szechuanpfeffer, Sojasoße, einen Teil der Mangowürfel und die Fischsoße in einem Topf verrühren und zum Kochen bringen. Die Polenta darunter mischen und gut verrühren. Die restlichen Mangowürfel nun auch dazugeben und warm stellen.

Sohyi Kim am 07. Januar 2011