

Süßkartoffel-Salat mit Scampi, Limetten-Pfeffer-Dip

Für 4 Personen:

Süßkartoffelsalat:

200 g Süßkartoffeln	4 TL Mango-Chutney	16 Scampi
4 EL Pflanzenöl	Salz	Pfeffer
6 EL Maiskörner (Dose)	6 EL Kidneybohnen	2 Handvoll Rucola

Dip:

2 EL Mayonnaise	4 EL Crème-fraîche	Saft von 1 Limette
2 TL geschroteter Pfeffer	Salz	Honig

Süßkartoffeln schälen, würfeln und in leicht gesalzenem, kochendem Wasser etwa 7 Minuten garen. Abschütten, Süßkartoffeln erkalten lassen und mit Mango-Chutney mischen.

Die Scampi nach Geschmack in mundgerechte Stücke schneiden oder ganz lassen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Scampi darin braten, mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Dip Mayo, Crème fraîche und Limettensaft vermengen, Pfeffer unterrühren und mit Salz und Honig abschmecken.

Anrichten:

Süßkartoffeln, Mais, Bohnen und Rucola schichtweise in verschließbare Einweggläser zum Mitnehmen füllen, dabei den Dip in die Mitte geben und Scampi draufsetzen.

Christian Henze am 27. Juli 2018