

Nur bei LandesWelle: Bei Bender brutzelt's

ALBOTH'S Papayasalat

Schritt 1:

1	g	Papaya	schälen, halbieren, die Kerne mit einem Löffel entfernen, längs halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden.
1	St	rote Paprikaschote	vierteln, entkernen und in sehr feine Streifen schneiden.
100	g	Staudensellerie	in sehr feine Scheiben schneiden.
100	g	Möhren	schälen und in feine Streifen schneiden.
30	g	Ingwerwurzel	schälen und in feine Würfel schneiden.
1	Bd	Schnittlauch	in feine Ringe schneiden.

Schritt 2:

			Aus
2	El	Weißweinessig,	
2	El	Limonensaft,	
2	TI	braunem Zucker,	
½	TI	Piment gemahlen	und der Ingwerwurzel eine Vinaigrette herstellen. Würzen mit
		Salz/ Pfeffer	

„Bei Bender brutzelt's“ wird präsentiert von:
ALBOTH'S Restaurant im Kaisersaal, Erfurt – www.alboths.de



LandesWelle
THÜRINGEN

Nur bei LandesWelle: Bei Bender brutzelt's

ALBOTH'S Papayasalat

Schritt 3:

Die Papaya und das Gemüse mit der Vinaigrette marinieren, anschließend mit dem geschnittenen Schnittlauch bestreuen.

Der Profitipp von Claus Alboth:

Zu dieser Vorspeise passen wunderbar gebratene Riesengarnelen oder kleine Schrimps.

„Bei Bender brutzelt's“ wird präsentiert von:
ALBOTH'S Restaurant im Kaisersaal, Erfurt – www.alboths.de



LandesWelle
THÜRINGEN