Herbst-Obstsalat mit Basilikum-Kokos-Dressing und Haselnusskrokant

von Mario Kotaska

Zutaten (für vier Portionen):

300 g Beeren nach Geschmack (hier: rote Stachelbeeren, Brombeeren und Johannisbeeren)
100 g Aprikosen
200 g Kokosnussjoghurt
Ingwer
Basilikum
1 Limette (unbehandelt)
Zucker, Puderzucker

Für den Haselnusskrokant:
70 g Zucker
70 g gehackte Haselnüsse
1 EL Mandelmilch

Zubereitung (circa 25 Minuten):

Den Zucker in einen Topf geben und schmelzen lassen. Erst dann rühren, wenn der Zucker vollständig flüssig geworden ist, damit er gleichmäßig karamellisieren kann. Unter Rühren die Masse hellbraun karamellisieren lassen. Nun die gehackten Haselnüsse zugeben und gut mit der Zuckermasse ummanteln. Die Mandelmilch hineingeben und unterarbeiten. Diese Masse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben, ein weiteres Stück Backpapier darauflegen und mit einem Nudelholz glattrollen. Nun muss der Krokant nur noch abkühlen.

In der Zwischenzeit die Beeren waschen, die Stachelbeeren und Brombeeren zerteilen und in eine Schüssel geben. Einen Teil der Johannisbeeren zuerst in Wasser, dann in Zucker tauchen, um sie dekorativ zu ummanteln. Die übrigen Johannisbeeren zu den anderen Beeren geben. Wer es gerne süß mag, kann die Beeren nun mit Puderzucker bestäuben und nach kurzer Wartezeit vermischen - dieser bindet zusätzlich austretenden Saft. Die Aprikosen entsteinen und in kleine Spalten geschnitten zugeben.

Mit Hilfe eines Pürierstabs ein Dressing aus Kokosnussjoghurt, Ingwer, Basilikum, Limettensaft und -abrieb herstellen. Wer mag kann nun noch einen Zuckerrand an den Dessertschalen anbringen, indem der Rand zuerst in Wasser und dann in Zucker getaucht wird. Nun das Dressing in diese Schalen geben und die Beeren darauf anrichten. Mit den mit Zucker ummantelten Johannisbeeren, einigen Basilikumblättern und dem Haselnusskrokant garnieren.

Nährwerte pro Portion:
224 kcal – 9 g Fett – 3 g Eiweiß – 29 g Kohlenhydrate
Dieses Gericht ist vegan, glutenfrei und laktosefrei.