



CLUB KOCHENDER MÄNNER  
4310 RHEINFELDEN

**Japanischer Spargelsalat**

\*\*\*\*\*

**Thunfisch auf Wasabi-Kartoffelstock**

\*\*\*\*\*

**Yakitori (Poulet-Gemüsespiesschen)**

\*\*\*\*\*

**Ananas-Mango-Spiesschen**

**Zutaten:** **Zubereitung:**

**Ananas-Mango-Spiesschen**

2 dl Wasser  
1 dl Portwein  
3 EL Zucker  
10 Stk. Kardamomkapseln,  
zerstossen

1 Stk. Ananas

2 Stk. reife Mangos  
Holzspiesschen

2 EL Honig  
1 EL Butter

1 dl Rahm

Wasser, Portwein, Zucker und zerstossene Kardamomkapseln in einer Pfanne aufkochen und bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten kochen, auskühlen.

Krone, Stielansatz und Schale der Ananas wegschneiden, längs halbieren, in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden, mit einem kleinen, runden Förmchen Strunk ausstechen, Scheiben dritteln.

Mangos in ca. 3 cm Streifen schneiden, Rest in Stücke beiseite stellen.

Mangostreifen zusammen mit den Ananasstücken in den Sirup geben, mischen und zugedeckt 1 Std. marinieren. Früchte aus dem Sirup nehmen, mit Haushaltspapier trockentupfen. Ananas und Mangostreifen auf Spiesschen stecken und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Beiseite gestellte Mangostücke zusammen mit 1 dl Sirup fein pürieren und beiseite stellen.

Honig und Butter unter Rühren heiss werden lassen und die Früchte damit bestreichen.

Die Früchte unter dem auf 250°C vorgeheizten Backofengrill ca 7 Minuten grillieren.

Rahm steif schlagen und mit dem beiseite gestellten Mangopüree mischen. Zusammen mit den Fruchtspiessli servieren.