KIKKOMAN

Asiatisch marinierter Glasnudelsalat mit BBQ - Medaillons und spicy Dip

Gesamtzeit **30 Min.**

ZUTATEN

4 Portion(en)

Zutaten für den Glasnudelsalat

150 g	Glasnudeln
0,25	Radicchio
150 g	Rucola
0,25	Eisbergsalat
0,5	Mango
3 EL	Granatapfelkerne
	etwas fein geschnittene Chili
4 EL	Rotweinessig
1,5 TL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
1	Limette (Saft)

Zutaten für die BBQ Schweinemedaillons

4	mittelgroße Schweinemedaillons
	etwas Sesam zum Bestreuen

Zutaten für die Marinade

3 EL	Olivenöl
1 EL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
0,5 TL	Paprikapulver
1 EL	Honig

Zutaten für den Spicy Dip

4 EL	Naturjoghurt
1 TL	Wasabi Creme
1 EL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
0,5	Limette (Saft)
	Außerdem Chili fein geschnitten nach eigenem Geschmack

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Zubereitung des Glasnudelsalats

1. Eine Topf mit Wasser füllen und dieses auf dem Herd zum Kochen bringen. Von der Kochstelle nehmen und die Glasnudeln darin 5 Minuten weich werden lassen. In einem Sieb gut abtropfen lassen. In der Zwischenzeit die Blattsalate fein hacken, die Mango in kleine Stücke schneiden und alle Zutaten für das Salatdressing in einem großen Glas mischen.
2. Die Glasnudeln und das Gemüse miteinander vermengen und das Dressing darüber gießen. Alles gut miteinander mischen und den Salat ziehen lassen.
3. Die frischen Früchte vor dem Servieren auf dem Salat verteilen.

Schritt 2

Zubereitung der BBQ Schweinemedaillons

1. In einer flachen Schüssel oder einem Teller die Zutaten für die Marinade gut miteinander vermengen und das Fleisch darin einlegen. Je länger das Fleisch in der Marinade zieht, desto intensiver nimmt es den Geschmack der Zutaten auf.
2. Die Schweinemedaillons auf dem heißen Grill von beiden Seiten langsam grillen und vor dem Servieren mit etwas Sesam bestreuen.

Schritt 3

Zubereitung des Spicy Dips

1. Alle Zutaten für den Dip in einer Schüssel miteinander vermengen und zum gegrillten Fleisch servieren.