

Exotic-Spiessli mit Sesam-Krokant-Sauce

Vor- und zubereiten: ca. 40 Min.
Marinieren: ca. 30 Min.

Sesam-Krokant-Sauce

- 3 Esslöffel **Zucker**
- 1 Esslöffel **Sesam**

mischen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech streuen

Caramelisieren: ca. 5 Min. in der unteren Hälfte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens, bis die Mischung hellbraun ist. Herausnehmen, Backpapier auf ein Gitter ziehen, auskühlen. Sesam-Krokant in einem Plastikbeutel mit dem Wallholz fein zerdrücken. 1 Esslöffel für die Verzierung beiseite stellen.

- 1 **Papaya**, in Stücken, die Hälfte beiseite gestellt
- 180 g **Crème fraîche**

fein pürieren, restlichen Krokant darunter rühren, zugedeckt kühl stellen

Exotic-Spiessli

- 1 ½ dl **Wasser**
- 2 Esslöffel **Zucker**
- evtl. 1 Esslöffel **Rum**

zusammen in einer Pfanne auf ca. 1 dl einköcheln, in einer weiten Schüssel auskühlen

beiseite gestellte Papaya

- 1 **Pitahaya***, äusserste Schicht entfernt, geviertelt, in ca. 1 cm langen Stücken
- 1 **Karambole**, in ca. 1 cm dicken Scheiben
- 1 **Kiwi**, längs halbiert, in ca. 1 cm dicken Scheiben
- 2 **Baby-Bananen**, in ca. 2 cm dicken Scheiben
- 1 Teelöffel **Zitronensaft**

alles begeben, sorgfältig mischen, zugedeckt ca. 30 Min. marinieren

mischen, Fruchtstücke in beliebiger Kombination an Apéro-Sticks stecken

Servieren: Exotic-Spiessli auf Teller verteilen, Sauce separat dazu servieren, mit beiseite gestelltem Krokant verzieren.

Tipp

Statt Pitahaya 1 Mango, in Stücken, verwenden.

Pro Person: 17 g Fett, 3 g Eiweiss, 32 g Kohlenhydrate, 1282 kJ (306 kcal)

* Pitahaya (Bild unten, rechts) sind gelbe oder rote Früchte verschiedener Arten von Schlangenkakteen aus Süd- und Mittelamerika. Das Fruchtfleisch ist geleeartig, mit zarten kleinen Kernen durchsetzt und schmeckt leicht nach Brombeeren. In asiatischen Spezialitätenläden oder in grossen Lebensmittelläden erhältlich.

