

Rezepte mit Kiwi

Apfel-Kiwi-Salat

Zutaten:

2- 3 Bund Rucola oder Feldsalat
2 Bio-Äpfel (z.B. Elstar), ersatzweise Birnen
3 Kiwis
geriebener Ingwer
1 TL milder Essig (Apfelessig) oder Limettensaft
3 - 4 EL mildes Olivenöl
1 EL geröstete Kürbiskerne
Salz
1 Prise Zucker
schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Salat waschen und gut schleudern. Apfel mit Schale in feine Scheiben schneiden. Kiwis schälen, halbieren und ebenfalls in Scheiben schneiden.

Öl, Ingwer, Essig (oder Limettensaft) und Zucker gut vermischen. Einen Esslöffel davon aufbewahren, mit dem Rest den Salat anmachen.

Salat auf einem Servierteller anrichten. Apfel- und Kiwi-Scheiben darauf verteilen und mit restlicher Vinaigrette beträufeln.

Mit frisch gerösteten Kürbiskernen bestreuen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fenchel-Clementinen-Kiwi-Salat

Zubereitung:

Fenchel gut waschen und gegen die Fadenrichtung in dünne Scheiben schneiden.

Kiwis schälen, halbieren und ebenfalls in Scheiben schneiden.

Clementinen schälen und in geraderecht in Scheiben schneiden.

Eine Salatschale mit einer durchgeschnittenen Knoblauchzehe bestreichen. Salat und Früchte hineingeben und vermischen, mit Olivenöl, geriebener Clementinenschale, geriebenem Ingwer, gehacktem Fenchelgrün, Salz und schwarzem Pfeffer anrichten.

Kiwi-Cracker

Zubereitung:

Kiwis und Salatgurke schälen und in Scheiben schneiden.

Dill (oder Minze) waschen und abtropfen lassen. Creme Fraîche mit geriebenem Ingwer, Olivenöl, etwas gehacktem Dill, etwas Limettensaft und Salz abschmecken.

Aus dem geräucherten Lachs ca. 3 - 4 cm große Stücke schneiden. Auf jedem Cracker eine dünne Scheibe Gurke, etwas Creme Fraîche, ein Stück Lachs und eine (halbe) Scheibe Kiwi anrichten. Mit Minzblättern dekorieren.

Kiwi-Ceviche

Zutaten (für 3-4 Portionen):

ca. 300 g roher weißer Fisch (thermisch behandelt gekauft, wie für Sushi), in Stücke geschnitten

Saft von ca. 8 Limetten

2 zusätzliche Limetten

2 scharfe Serrano- oder Thai-Chilis, fein gehackt

etwas geriebener frischer Ingwer

1 - 2 fein gehackte Frühlingszwiebeln

2 Kiwis, geschält und in Würfel geschnitten

1 EL neutrales pflanzliches Öl

1 TL Zucker

etwas Salz

2 EL fein gehackter Koriander

1 EL Limettenfilets

Zubereitung:

Fisch mit Limettensaft, Frühlingszwiebeln, Ingwer und Chili gut vermischen und zugedeckt im Kühlschrank 2 - 3 Stunden marinieren lassen, bis der Fisch nicht mehr durchsichtig wirkt.

Dann Limettensaft abfließen lassen (Fisch dabei etwas pressen) und mit Kiwi-Würfeln, Öl, frisch gepresstem Limettensaft, etwas Salz, Zucker, den Limettenfilets und gehacktem Koriander vermischen.

Nochmals eine Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

In Gläsern anrichten, vorher Glas von innen mit einer Knoblauchzehe einreiben. Glas mit einer Limettenscheibe dekorieren.