

## Som Tam Thai -- thailändischer Papayasalat

VORBEREITEN

25  
Min.

ZUBEREITEN

10  
Min.

NIVEAU



### Zutaten für 4 Portionen

2 grüne Papaya (ca. 400 g)  
10 Cocktailtomaten  
2 Möhren  
4 scharfe rote (Thai-)Chilis  
2 Knoblauchzehen  
6 Esslöffel Fischsauce  
1 Esslöffel Tamarindenpaste  
1 Teelöffel Garnelenpaste  
2 Limetten (unbehandelt)  
8 Esslöffel Erdnüsse (ungesalzen)  
2 Esslöffel Palmzucker  
4 Esslöffel getrocknete Shrimps  
6 Schlangenbohnen (optional)

### Besonderes Zubehör

großer Mörser  
Julienneschneider (optional)

Som Tam Thai -- nichts schmeckt für mich so sehr nach Fernweh wie dieser Salat. Die südostasiatische Rohkost-Sensation aus knackiger grüner Papaya, Tomaten, gerösteten Erdnüssen, Knoblauch, Fischsauce, Limettensaft und gaaanz viel Chili gehört zu den beliebtesten Streetfood-Snacks der Thai-Küche. Kein

Wunder: Die erfrischende Kombi meistert die Balance von feiner Säure, würzig-salzigen Noten, leichter Süße und krasser Schärfe einfach perfekt. Wird das Ganze dann noch im Mörser zu aromatischen Höchstleistungen gestampft, hast du mit Som Tam ("som" heißt sauer, "tam" stampfen) den wohl heißesten Anwärter auf den Preis für den geilsten Salat der Welt!

Klingt exotisch? Ises auch! Som Tam geht aber trotzdem nicht nur im Urlaub, sondern auch zu Hause beim BBQ. Hau dir zum Beispiel 'n paar zarte Hühnchen-Spieße oder saftigen Fisch auf den Grill, dämpf dir am besten noch ne Ladung Klebreis dazu und setz' deinem Thai-Menü mit dem Papayasalat dann die extra-spicy Krone auf!

- 1 -

Die Papaya schälen. Mit dem Sparschäler breite Scheiben vom Fruchtfleisch abschälen und diese mit einem Messer fein schneiden (oder einen Julienneschneider verwenden).

- 2 -

Möhren schälen und ebenfalls in feine Streifen schneiden. Tomaten waschen, vierteln und den Stielansatz entfernen. Chilischoten waschen, vom Stiel befreien und halbieren. Knoblauchzehen schälen und ebenfalls halbieren. Limetten waschen und vierteln. Schlangenbohnen waschen, die Enden entfernen und jeweils in fingerlange Stücke schneiden.

- 3 -

Erdnüsse in einer Pfanne ohne Öl bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten goldbraun anrösten.

- 4 -

Knoblauch und Chili im Mörser grob zerstoßen.

## Som Tam Thai -- thailändischer Papayasalat

Fischsauce, Palmzucker, Tamarinden- und Garnelenpaste zugeben und weiter mörsern. Die Limetten mit der Hand über dem Mörser ausdrücken und danach mit hineingeben. Schlangenbohnen zugeben und alles nochmal leicht zerstoßen.

- 5 -

Eine Handvoll Papaya- und Möhrenstreifen in den Mörser geben und gut mit den anderen Zutaten mischen. Wenn alles gleichmäßig mit Soße bedeckt ist, wieder eine Handvoll Gemüse zugeben und vermengen. So fortfahren, bis alle Papaya- und Möhrenstreifen untergemischt sind.

- 6 -

Tomaten und getrocknete Shrimps unterheben und mit gerösteten Erdnüssen bestreut servieren.