Yam mamuang sollte saftig sein, säuerlich-frisch und scharf schmecken, leicht lieblich und fischig.

Yam mamuang

Salat aus grünen Mangos, Karotten und Sardellen

Yam bedeutet wörtlich «mischen», «zusammenwerfen» und kommt folglich als Begriff in vielen thailädnischen Speisenamen vor. Oft bedeutet *yam,* dass es sich bei dem beschriebenen Gericht um einem Salat im weitesten Sinne handelt. Die Bandbreite möglicher Zutaten ist dabei mindestens so groß wie bei europäischen Salaten, wobei *yam* oft mit einer ebenso geradlinigen wie effektiven Sauce aufgetischt wird, die aus Limettensaft, Fischsauce, Zucker und Chilis besteht. So ist es auch im Fall des hier vorgestellten Rezeptes, in dem grüne *mamuang* («Mango») die Hauptrolle spielt.

In Asia-Geschäften in Europa werden in der Regel zwei verschiedene Sorten von grünen Mangos verkauft. Bei den einen handelt es sich um süße, aber noch unreife Mangos, bei den anderen um saure Mangos. Für dieses Rezept kann man beide Sorten verwenden, mit unterschiedlichem

Effekt allerdings. Mit süßen, aber noch unreifen Mangos wird der Salat fruchtiger, lieblicher, mit sauren Mangos säuerlicher, salziger, frischer.

Thailändische Mangosalate enthalten fast immer ein wenig Fisch oder ein paar Meeresfrüchte. Das können frische Garnelen oder Muscheln sein, Stücke von fermentiertem Fisch, frittiertes und dann in Flocken zerlegtes Fleisch vom Wels, getrocknete und wieder rehydrierte Shrimps…

Das nachfolgende Rezept beschreibt, wie Lun diesen Salat in der Küche von Raina und Gobli in Bangkok zubereitet hat – aufmerksam beobachtet von Geheimagent Hektor Maille. Als fischiges Element verwendet es getrocknete Sardellen, die in Asia-Geschäften leicht zu bekommen sind und lange aufbewahrt werden können. Um ihr Aroma zu verstärken, brät Lun sie vor Verwendung an.

Für 4 Personen

2	kleine, grüne, saure Mangos von je etwa 200 g (oder eine etwas größere unreife süße Mango von 300 bis 400 g)
2	Karotten von je etwa 100 g
2 EL	getrocknete Sardellen von etwa 5 cm Länge
2–4	kleine, grüne Chilis vom Typ Bird's eye, von den Stilen befreit und leicht zerkleinert
1	Knoblauchzehe, geschält und grob gehackt
3 TL	Palmzucker (oder2 TL weißer Zucker)
3 EL	Limettensaft
2 EL	Fischsauce
2 EL	geröstete Erdnüsse, leicht zerstoßen
2–4	rote Chilis, der Länge nach aufgeschlitzt und entkernt
20	Blätter Bai horapa, thailändisches Basilikum, optional

1 | Mangos und Karotten schälen, mit Hilfe einer Mandoline fein stifteln. *Lun drückt die Mango-Stifte in einem Mörser leicht an, was ihr Aroma stärker hervortreten lässt.*

2 | Sardellen in einer Bratpfanne mit Antihaftbeschichtung über mittlerer Hitze 3 Minuten lang toasten, bis sie noch knackiger werden und eine leicht bräunliche Farbe bekommen haben. In kleinere Stücke zerschneiden.

3 | Grüne Chilis und Knoblauch mit dem Zucker in einem Mörser zu einem Mus zerstoßen. Limettensaft und Fischsauce beigeben, alles gut verrühren.

4 | Sauce mit Mango, Karotte und Sardellen vermischen und eine halbe Stunde an einem kühlen Ort ziehen lassen.

5 | Salat auf einer Platte oder auf Tellern anrichten, mit den Erdnüssen bestreuen, Chilis und gegebenenfalls Basilikum auf dem Salathäufchen in Szene setzen.