



Grill Hot Dog nach karibischer Art

Zubereitung

1. Für das Relish: Mango und Ananas fein würfeln. Chili entkernen und fein hacken. Limettenschale abreiben, halbieren und den Saft auspressen. Knoblauch und Zwiebel pellen und fein hacken.
2. Kreuzkümmel und Koriander im Mörser mittelgrob mörsern. Öl in einer Pfanne bei niedriger Temperatur erhitzen. Chili, Kreuzkümmel, Zwiebel, Koriander und Knoblauch zugeben und 1 Minute mitgaren. Mango, Ananas, Limettensaft und -schale sowie Essig zugeben und aufkochen. Pfanne sofort vom Herd nehmen und Relish kühl stellen.
3. Für die Currysauce: Curry, Ketchup, Chilipulver, Mayonnaise, Kokos-nussmilch verrühren.
4. Vegetarische Mühlen Bratwürste auf dem Grill goldbraun grillen. Hot Dog Brötchen ebenfalls kurz grillen. Hot Dog Brötchen einschneiden, jeweils 2 Bratwürste, Currysauce und Relish in das Brötchen geben und mit Koriander bestreuen.

Zubereitungszeit

ca. 40 Minuten

Zutaten

Für 6 Personen

Für das Relish:

- 150 g Mangofruchtfleisch
- 300 g Ananasfruchtfleisch
- 1 rote Chili
- 1 Bio Limette
- 1 Knoblauchzehe
- 40 g Zwiebel
- ½ TL Kreuzkümmelsamen
- 1 TL Koriandersamen
- 3 EL Pflanzenöl
- 1 EL Essig

Für die Currysauce:

- 1 EL Currypulver
- 4 EL Ketchup
- ½ TL Chilipulver
- 1 TL Mayonnaise
- 3 EL cremige Kokosnussmilch

- 2 Packungen Vegetarische Mühlen Bratwurst
- 6 Hot Dog Brötchen
- Koriandergrün zum Garnieren

Nährwerte pro Portion

2.248 kJ (538 kcal)
21 g Eiweiß
26 g Fett
52 g Kohlenhydrate