

# Maitsekas mango

**Mangol on austajaid, kes söövad teda meelsasti nii värskelt kui roogades, olgu siis hautatult või küpsetatult.**

Paljud ei mõista, miks peaks sellist natuke käbi maitset ja tärpentini lõhna viskavat puuvilja üldse ostma ja kõige tipuks ka sööma.

Talvel on oma aia õunad juba otsakorral, kuid ometi tahaks puuviljadega maiustada. Siis võib vahel lubada endale ka eksootilisemaid vilju. Mõnikord tuuakse külla tulles lillede või magusa saia asemel kaasa hoopiski mõni võõramaa vilj. Seda võib ka külalistele vihjata, kui nad küsivad, mida kostiks kaasa tuua. Nagunii murravad nad selle üle enne küllatulekut pead.

Nii saabki võõrustaja keskenduda peolaua ettevalmistamisele, külalised aga toovad puuvilju kaasa. See on hea ka juhul, kui toitu juhtub üle jääma, sest kõiki puuvilju ei pea kindlasti samal päeval ära sööma.

Ka mango säilib külmkapis mõne päeva. Aga kuidas seda paremini nautida, kas kooritult või koorimata?

Mangode koorimiseks on palju nippe, kuid ühte lihtsamat, mis aitab seemne küljest võimalikult palju viljaliha kätte saada, jagamegi siinkohal. Koorimiseks läheb vaja teravat nuga, et see viljas olev pisut tülakas, suur ja kiuline seeme kätte saada.

## Kala ja mango panniroog

- kala – parasjagu nii palju, et kodus olev pann on korralikult kaetud
- 2–3 sl võiid
- 1 mango
- 100 ml rööska koort
- 0,5 klaasi apelsinimahla
- soola, pipart maitsestamiseks

Tükeldage mango, ajage pann kuumaks ning sulatage sellel või. Asetage kalatükid pannile ning praadige 2–3 minutit, maitsestage soola ja pipraga ning lisage mangokuubikud. Jätkake praadimist. Kui kodus juhtub olema apelsinimahla, lisage ka seda pool klaasi. Kui mangokuubikud on poolküpsed, valage peale röösk koor ja laske sellel kõigel veel paar minutit podiseda. Kala juurde käib ikka korralik keedukartul. Kes soovib kalale rohkem panustada, võib maamugula asendada mõne toorsalatiga.

PILLE HERMANN



Lisaks magusatele kookidele ning jogurtijookidele võib mangot kasutada ka soolastes toitutes.



Mandlipiimaželele mangoga.

## Mango-avokaadosalat suitsukanaga

- 2 küpset avokaadot
- 2 sl sidrunimahla
- 1 väike mango
- 3 sl oliiviõli
- 1 tl sinepit
- 1 tl mett
- 2 tl veiniäädikat
- peotäis ürt-allikkressi
- 50 g peeneks viilutatud keedupeeti
- 175 g õhukesi suitsukana tükke
- meresoola ja musta pipart

Koorige avokaadod, poolitage ja vabastage kividest. Viilutage need või lõigake kuubikuteks ning asetage koos sidrunimahla sügavasse kaussi. Seejärel poolitage mango mõlemalt poolt kivi, koorige ja viilutage või lõigake kuubikuteks. Segage oliiviõli sinepi, mee, äädika, soola ja pipraga hästi segamini. Võtke avokaado sidrunimahlast välja ja lisage mahl kastmele. Paigutage allikkress ja peedilõigud neljale taldrükule või salatikaussi ja lisage avokaado- ning mangotükid.

Pihustage kaste salatile ja asetage peale suitsukana viilud. Serveerige kohe.

## Mandlipiimaželele mangoga

- 300 g vett
- 4 sl jahvatatud mandleid
- 75 g tuhksuhkrut
- 150 ml soja- või kondenspiima
- 2 pakki želatiini
- 150 g kuuma, kuid mitte keeva vett
- 1 tl mandliekstrakti
- 2 mangot
- 400 g konserveeritud litšit vedelikuga
- 1 sl röstitud mandlihelbeid
- kaunistuseks piparmündioksi

Kallake vesi kastrulisse koos jahvatatud mandlite ja suhkruga ning laske keema. Keetke pidevalt segades 5–6 minutit. Lisage piim, laske uuesti keema minna. Segage želatiini kuuma veega ja jätkake segamist. Kallake želatiini ja mandliekstrakti segades mandlipiimasse. Kallake segu vormi ja hoidke külmus 2–3 tundi. Kövenenud tarretis lõigake tükkeks. Lisage viilutatud mango ja litšid mandliželele. Puista ke peale röstitud mandlid ja veidi kompotivedelikku. Kaunistage piparmündiga.

PILLE HERMANN