



Paolo's sommerliche
Gaumenfreude

Paolo's Landhaus am Golfpark

FÖRDE 
GARNELEN



Förde Garnelen an karibischer Salatcreation

Zutaten (für 4 Personen)

12	Förde Garnelen
1	Wassermelone
1	Galiamelone
1	Honigmelone
1	Drachenfrucht („Pitahaya“ oder „Pitaya“)
1	Eichblattsalat oder vorhandenen Salat
1	reife Mango
4 EL	Sesamöl
2 EL	Olivenöl
2 EL	Himbeeressig
etwas	Balsamicoreme
etwas	Zitrone
etwas	Apfelsaft
	Knoblauchzehe (kleingehackt)
	Chili (kleingehackt)
	Koriander (kleingehackt)
	Ingwer (kleingehackt)
	Salz, Pfeffer

Zubereitung

Garnelen:

Köpfe von Garnelen trennen, entdarmen und bis zur Schwanzspitze schälen. Vier Garnelen am Rücken ca. 2 cm bis zum Kopfansatz aufschneiden (Schmetterlingsschnitt).

Sesamöl, Koriander, Ingwer, Knoblauch, Chili und etwas Pfeffer mischen und die Garnelen ca. 10 Minuten darin marinieren.

In einer großen Pfanne die marinierten Garnelen kurz von beiden Seiten anschwitzen, bis sie leicht glasig sind und sich rötlich färben.

Salat:

Aus der Wassermelone vier Scheiben schneiden (ca. 1 cm hoch). Mit einem Ring kreisrunde Scheiben ausstechen und jeweils auf einen Teller legen. Aus der Galiamelone, Honigmelone und Drachenfrucht je acht kleine Kugeln ausstechen.

Auf die Wassermelonenscheiben jeweils zwei Kugeln der Melonen und der Drachenfrucht im Wechsel kreisförmig anordnen. In der Mitte einige Salatblätter drapieren. Jeweils zwei Garnelen auf den Salat legen. Darauf eine Garnele mit dem Schmetterlingsschnitt nach unten platzieren.

Die Mango schälen und entkernen, etwas Chili, Apfelsaft und einen Spritzer Zitrone dazugeben. Anschließend mit einem Stabmixer pürieren.

Vinaigrette aus je 2 Esslöffeln Olivenöl, Sesamöl, Himbeeressig, Salz, Pfeffer anrühren.

Anrichten:

Auf dem Teller abwechselnd Mangosauce und Balsamicoreme in Punktform um den Salat anrichten. Darauf einige Spritzer Sesamöl. Vinaigrette mit kleinem Löffel über den Salat geben.

Dieses Rezept ist nur für den privaten Gebrauch und nicht für die gewerbliche Nutzung zugelassen. Alle Rechte vorbehalten. © 2016 Paolo Bragagna

Förde Garnelen GmbH & Co. KG · Büllker Huk · 24229 Strande
T 04349 9149-271 · mail@foerde-garnelen.de · www.foerde-garnelen.de