

Riesengarnelen mit Safranreis



Zutaten für zwei Personen:

4 Riesengarnelen (TK)

1 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer aus der Mühle

Mehl zum Bestäuben

Kräuter der Provence

2 Zitronen

125 g Reis

1 Döschen Safran

4 EL Remoulade

1. Tiefgefrorene Riesengarnelen mindestens 8 Stunden vorher im Kühlschrank auftauen lassen.

2. Reis nach Vorschrift zubereiten. Kochwasser salzen und Safran einstreuen.

3. Riesengarnelen teilen, Darm entfernen, gut waschen und trocknen. Leicht salzen und pfeffern, mit wenig Mehl bestäuben und mit Kräutern der Provence bestreuen.

4. Riesengarnelen zuerst auf der Schalenseite in Olivenöl bei mittlerer Hitze braten. Nur einmal umdrehen. Insgesamt höchstens 3-4 Minuten braten.

Hinweise:

Zu den Riesengarnelen reicht man Remoulade oder Mayonnaise. Man kann aber zum Beispiel auch eine Sauce aus reduziertem Weißwein, reduziertem Fischfond und Sahne zubereiten.

Das Bild zeigt im Ganzen gebratene Riesengarnelen.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 30 min, Gesamtzeit ca. 8 h, Hauptspeisen, Meeresfrüchte, Krustentiere, französisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 06.01.2023