

Riesengarnelen auf Blattsalaten



Zutaten für vier Personen:

4 Riesengarnelen
Salz, Pfeffer aus der Mühle
Kräuter der Provence

1 EL Olivenöl

Blattsalate (insgesamt ca. 160 g):

Eichblatt bzw. Burgunder

Frisée

Radicchio

Feldsalat oder Rucola

Vinaigrette:

2 Msp Salz

wenig gemahlener Pfeffer

rosa Beeren

eine Prise Zucker

2 EL Himbeeressig

2 EL Walnussöl

4 EL neutrales Öl

1. Riesengarnelen halbieren und die Därme entfernen. Gut abspülen und sorgfältig trockentupfen.

2. Leicht salzen und pfeffern, mit Kräutern der Provence bestreuen.

3. Insgesamt 4 bis maximal 5 Minuten in nicht zu heißem Olivenöl braten, mit der Seite der Schale zuerst.

4. Blattsalate auf Portionstellern anrichten. Mit Vinaigrette beträufeln. Erst dann die gebratenen Riesengarnelen auflegen.

Variante:

Riesengarnelen schälen und auf Zitronenscheiben arrangieren.

Hinweise:

Die Bratzeit für die Garnelen hängt von der Größe ab. Nicht zu lange braten. Sie sollen gerade steif geworden sein.

Schlagworte:

leicht, Zubereitung ca. 25 min, Vorspeisen, Meeresfrüchte, Krustentiere, französisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 08.01.2023