

Riesengarnelen à la Thermidor



Zutaten für 3 Personen:

9 Riesengarnelen
Olivenöl
40 g feine Zwiebelwürfel
1 Ecke Butter
150 ml Sahne
1/2 Eierlöffel
Gemüsebrühpulver
1 gestr. TL Speisestärke, in 2 EL kaltem Wasser angerührt
1/2 Tasse TK Erbsen
100 g Champignons, gehackt
30 ml Sherry
geriebener Mozzarella oder Emmentaler
Salz, Pfeffer aus der Mühle
2-3 Zitronen (für Deko)

1. Riesengarnelen schonend auftauen. Längs halbieren, Darmfäden entfernen, waschen und trocknen. Leicht salzen und pfeffern, mit etwas Mehl bestäuben.
2. Die Riesengarnelenhälften zuerst mit der Seite des Panzers in wenig Olivenöl braten, bis er sich rot verfärbt haben, dann umdrehen und fertig braten, keinesfalls zu lange braten. Das Fleisch vorsichtig auslösen und fein würfeln, die Schalen zum Füllen zurückbehalten.
3. Champignons putzen und fein hacken. TK Erbsen vorkochen. Zwiebel sehr fein würfeln.

Speisestärke mit etwas kaltem Wasser anrühren. Gemüsebrühpulver in die Sahne einrühren.
4. Zwiebelwürfel in einer beschichteten Pfanne mit einer Ecke Butter geduldig glasig braten, dann die Champignons mit braten. Mit einem Schuss Sherry ablöschen. Die gewürzte Sahne zugeben, aufkochen, die angerührte Speisestärke zugeben und etwa 3 min köcheln, bis die Sauce andickt.
5. Die fein geschnittenen Riesengarnelen vorsichtig unterheben und in einer flachen Auflaufform die Masse auf die Schalen der Garnelen verteilen.

6. Mit etwas Reibekäse bestreuen und im Backofen bei 200° überbacken, bis der Käse gut zerlaufen ist und leicht braun wird.

7. Anrichten mit Zitronenscheiben.

Hinweise:

Überschüssige Masse gibt man zum Überbacken z.B. in Schalen von Jakobsmuscheln.

Schlagworte:

schwer, Zubereitung ca. 35 min, Gesamtzeit ca. 4 h, Hauptspeisen, Meeresfrüchte, Garnelen, französisch

Rezept und Foto: Walter Stand 23.01.2023