

Wok-Gemüse mit Scampi-Spießchen

Für 2 Personen

10 Scampis mit Schwänzchen	750 g festk. Kartoffeln	750 g Wirsingkohl
2 Zwiebeln	1 Zitrone	4 Knoblauchzehen
0,5 rote Paprika	200 ml Rapsöl	2 EL Sesamöl
400 ml Gemüsefond	125 ml Sahne	2 Dillzweige
1 Knolle Ingwer, klein	1 EL scharfes Currypulver	1 TL gemahlener Kreuzkümmel
1 Msp. Cayennepfeffer	Salz	

Die Kartoffeln schälen und würfeln. Den Wirsingkohl waschen und vierteln, den Strunk entfernen und den Kohl in feine Scheiben schneiden. Die Zwiebeln abziehen, halbieren und in Streifen schneiden. Den Ingwer schälen und fein würfeln. Das Currypulver, den Kreuzkümmel, den Cayennepfeffer und einen Teelöffel Salz vermischen. Den Wok erhitzen und das Sesamöl hinzufügen. Darin die Kartoffeln, die Zwiebeln und den Wirsingkohl bei starker Hitze unterrühren und fünf Minuten lang anbraten. Die Gewürze dazugeben und weitere zwei Minuten lang braten. Danach den Gemüsefond und die Sahne dazugeben, die Hitze etwas reduzieren und alles zugedeckt 15 Minuten lang garen lassen. Die Scampis von den Köpfen und der Schale befreien. Anschließend die Scampis auf die Holzspieße stecken, waschen und abtropfen lassen. Die Zitrone halbieren, auspressen und anschließend die Spieße mit etwas Zitronensaft beträufeln. Die Knoblauchzehen abziehen und die Peperoni der Länge nach aufschneiden, von den Kernen befreien und klein schneiden. Das Rapsöl zusammen mit den Dillzweigen, dem restlichen Zitronensaft, den Knoblauchzehen und der Peperoni in eine Schale geben. Die Scampi-Spießchen 15 Minuten lang in der Schale marinieren und abtropfen lassen. Danach von beiden Seiten jeweils eine Minute lang in einer Pfanne braten. Das Rapsöl durch ein Sieb gießen und den Knoblauch und die Peperoni über die Spießchen gießen. Das Wok-Gemüse mit den Scampi-Spießchen garnieren und servieren.

Che Gerber am 16. Dezember 2010