

Black Tiger Prawn mit Grünkohl-Granatapfel-Salat

Für zwei Personen

Für die Riesengarnelen:

4 Black Tiger Prawns Olivenöl Salz, Pfeffer

Für den Salat:

200 g Grünkohl	2 Limetten	1 Granatapfel
3 EL Tahin	2 EL Tamari	2 EL Olivenöl
3 TL gemahlener Kardamom	1 TL gemahlener Koriander	2 TL Zimtpulver
$\frac{1}{2}$ TL Nelkenpulver	2 TL edelsüßes Paprikapulver	1 TL Cayennepfeffer
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

1 Granatapfel

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für den lauwarmen Salat Grünkohlblätter vom Stiel zupfen, waschen und trocken tupfen. Limetten entsaften. Saft mit Tahin, Tamari, Olivenöl und den Gewürzen vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zwei Drittel des Dressings mit den klein gezupften Grünkohlblättern vermengen und den Grünkohl dabei ordentlich durchkneten. Den Salat für zehn bis 15 Minuten in den Backofen geben. Den Granatapfel halbieren und entkernen. Die Kerne beiseite stellen. Den zweiten Granatapfel halbieren und die Hälften aushöhlen. Beiseite stellen.

Für die Black Tiger Prawns die Garnelen von der Schale befreien und den Darm entfernen. In einer Grillpfanne Olivenöl erhitzen und die Riesengarnelen darin anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den lauwarmen Grünkohlsalat mit den Granatapfelkernen vermengen.

Lauwarmen Grünkohl-Granatapfel-Salat in den Granatapfel-Hälften anrichten, die Garnelen daneben drapieren und servieren.

Sabrina Padrón am 21. Dezember 2015