

Gebratene Garnelen mit Glasnudel-Salat

Für zwei Personen

Für die Garnelen:

| | | |
|---------------------|-----------------|----------------------|
| 200 g Garnelen | 1 roter Chili | 1 Stück (1cm) Ingwer |
| 1 Knoblauchzehe | 50 ml Sojasauce | Olivenöl |
| 1 EL brauner Zucker | Salz, Pfeffer | |

Für die Glasnudeln:

| | | |
|------------------|-----------|---------------|
| 100 g Glasnudeln | 1 Limette | Salz, Pfeffer |
|------------------|-----------|---------------|

Für den Salat:

| | | |
|-----------------|---------------------|-----------------------------|
| 1 große Karotte | $\frac{1}{2}$ Gurke | 4 Stängel glatte Petersilie |
|-----------------|---------------------|-----------------------------|

Die Garnelen längs am Rücken aufschneiden, entdarmen, von der Schale befreien, waschen und trocken tupfen. Einen Schuss Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Garnelen von beiden Seiten darin knusprig braten. Den Knoblauch abziehen und klein hacken. Den Ingwer schälen und in feine Stücke würfeln. Den Chili längs aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien und klein schneiden. Alles zu den Garnelen in die Pfanne hinzufügen und kurz mit braten. Den Zucker hinzufügen und karamellisieren lassen. Anschließend mit der Sojasauce ablöschen und die Pfanne vom Herd nehmen. Für die Glasnudeln einen Topf mit Wasser und Salz zum Kochen bringen. Die Nudeln mit dem kochenden Salzwasser übergießen und fünf Minuten quellen lassen. Anschließend die Nudeln mit kaltem Wasser abschrecken und zu den Garnelen in die Pfanne geben. Die Limette halbieren und pressen. Anschließend den Saft der Limette über das Garnelen-Nudel-Gemisch geben und vermengen. Die Karotte und die Gurke von den Enden befreien und schälen. Die Karotte fein reiben und die Gurke in einen Zentimeter große Würfel schneiden. Die Petersilienblätter abzupfen und klein hacken. Anschließend alles mit dem Garnelen-Nudel-Gemisch in eine Schüssel geben vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Salat auf Tellern anrichten und lauwarm oder kalt servieren.

Lisa Kauer am 23. September 2014