

Garnelen mit Mango-Gemüse-Tatar und Avocado-Creme

Für zwei Personen

Für die Garnelen:

4 Riesengarnelen	2 Eier	1 kleine rote Chilischote
1 Limette	1 Zweig Koriander	80 g Panko
2 EL Speisestärke	Butterschmalz	1 TL Zucker
Salz	Pfeffer	

Für das Gemüse-Mango-Tatar:

1 Süßkartoffel	1 Chioggia-Rübe	1 Kohlrabi
1 Mango	1 Thai-Chili	3 EL Weißweinessig
2 EL Olivenöl	1 EL Kokosöl	1 TL Zitronen-Pfeffer
Salz		

Für die Avocado-Creme:

1 Avocado	250 ml Gemüsefond	1 EL Crème-fraîche
Salz		

Für die Garnelen:

Die Chilischote halbieren, entkernen und die Hälfte fein würfeln.

Koriander abbrausen, trockenwedeln und hacken. Limettenschale fein abreiben und zusammen mit Chili, Koriander, Salz, Zucker und Pankobröseln mischen. Riesengarnelen waschen und auf Küchenpapier gut abtropfen lassen. In Speisestärke wälzen und überschüssige Stärke abklopfen. Eier trennen, Eiweiße leicht an schlagen und die bemehlten Garnelen durch das Eiweiß ziehen. Anschließend in der Limetten-Chili-Mischung wenden und überschüssige Würze leicht abklopfen. Butterschmalz erhitzen, die Garnelen darin goldbraun ausbacken und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Gemüse-Mango-Tatar:

Süßkartoffel, Chioggia-Rübe, Kohlrabi und Mango schälen. Die Süßkartoffel in kleine Würfel schneiden, in einer Pfanne mit etwas Kokosöl für ca. 5 Minuten anbraten und leicht salzen. Rübe, Kohlrabi und Mango ebenfalls in kleine Würfel schneiden und gemeinsam mit der gebratenen Süßkartoffel in eine Schüssel geben. Chili halbieren, entkernen und die Hälfte fein hacken. Mit Olivenöl, Essig und Zitronen-Pfeffer zum Gemüse geben und alles miteinander marinieren. Salzen und ziehen lassen.

Für die Avocado-Creme:

Avocado vom Kern lösen, das Fruchtfleisch mit Gemüsefond in einen Mixer geben und zu einer feinen Creme mixen. Leicht salzen und mit Crème fraîche verfeinern.

Das Gericht auf einem flachen Teller anrichten und servieren.

Camilo López am 30. Juli 2019