

Gebratene Garnelen, Feta-Melonen-Salat, Oliven-Küchlein

Für zwei Personen

Für die Garnelen:

6 Black Tiger Garnelen 1 Knoblauchzehe 1-2 Zweige Rosmarin

Olivenöl Salz

Für den Salat:

$\frac{1}{2}$ Cantaloupe-Melone 200 g Feta 50 g Rucola

Für das Dressing:

1 TL Agavendicksaf 1 EL weißer Balsamicoessig 1 EL Chili-Öl

1 EL Olivenöl Salz bunter Pfeffer

Für das Küchlein:

50 g Oliven mit Kräutern 50 g Speckwürfel 50 g Gruyère

1 Ei, Größe M 65 ml Muscat de Beaumes-de-Venise 100 g Weizenmehl

$\frac{1}{2}$ Päckchen Backpulver 50 ml Olivenöl 1 Prise Salz

Für die Garnelen:

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Knoblauch abziehen und vierteln. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Knoblauch, Rosmarin und Garnelen zusammen in Olivenöl scharf anbraten. Mit Salz würzen.

Für den Feta-Melonen-Salat:

Rucola verlesen, waschen und trockenschleudern. Melone schälen und vom Kerngehäuse befreien. Feta und Melone in Würfel schneiden, beides auf Rucola anrichten.

Für das Chili-Dressing:

Agavendicksaft, Essig, Chiliöl und Olivenöl verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Feta-Melonen-Salat damit beträufeln.

Für das Küchlein:

Oliven in sehr kleine Würfel schneiden. Gruyère schneiden. Oliven, Gruyère, Speckwürfel, Eier, Muscat de Beaumes-de-Venise, Mehl, Backpulver, Olivenöl und Salz in eine Schüssel geben und vermengen.

Dann mit dem Handrührgerät kräftig verrühren. Ein Muffin-Blech mit Muffin-Förmchen auslegen und in jedes Förmchen 1 bis 2 Esslöffel des Teiges geben. Im vorgeheizten Ofen ca. 25 Minuten backen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Jan Iffland am 21. September 2021