

Spargel-Garnelen-Pfanne

Für 4 Personen

550 g Garnelen	2 rote Chilischoten	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	2 kg weißer Spargel
Salz, Pfeffer	Zucker	3 EL Olivenöl
125 ml Weißwein		

Garnelen auftauen lassen. Chilischoten längs halbieren, entkernen und waschen. Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden. Zitrone heiß waschen, abtrocknen. Hälfte der Schale fein abreiben.

Zitrone halbieren, abgeriebene Hälfte auspressen, übrige Zitrone in Spalten schneiden. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und hacken.

Den Spargel schälen und die holzigen Enden abschneiden. Die Stangen in 4 cm lange Stücke schneiden und in kochendem Salzwasser etwa 10 Minuten garen. Abgießen und abtropfen lassen.

Inzwischen Garnelen, bis auf die Schwanzflosse, schälen, abspülen und trocken tupfen.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Garnelen bei starker Hitze 1 Minute anbraten. Spargel, Chili und Knoblauch zufügen und 2 Minuten weiterbraten. Wein angießen, aufkochen. Mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Mit Petersilie sowie Zitronenschale bestreuen und mit Zitronenspalten anrichten. Dazu schmeckt Baguette.

NN am 25. Mai 2026