

# Garnelen mit Südsee-Flair

## **Für 4 Portionen**

600 g Garnelen

### **Für die Kokosmilch:**

750 ml Kokosmilch            25 ml Kokosblütensirup    4 Stangen Zitronengras  
25 ml Krustentierfond      7 g Salz

### **Für die Marinade:**

20 g Kreuzkümmel-Saat    3 g Bockshornklee-Saat    2 Knoblauchzehen  
1 Zitrone                    3 EL Sojasoße                1 EL Kokosblütensirup

### **Gemüseeinlage:**

Etwa 400 g Gemüse

### **Beilage:**

200 g Basmatireis

### **Für die Soße:**

1 TL Speisestärke            Zucker oder Salz

### **Kokosmilch parfümieren:**

Kokosmilch, Sirup, Fond, Salz, grob geschnittenes Zitronengras in einen Topf geben. Alles etwa 15 Minuten köcheln lassen. Eine Stunde warm halten, damit Aromastoffe übergehen. Zitronengras entfernen.

Reis garen. 250 ml der parfümierten Kokosmilch in einen Topf füllen, Reis zugeben.

Mit so viel Wasser auffüllen, dass es etwa 4 cm über dem Reis steht. Mit geschlossenem Deckel sanft garen.

### **Garnelen marinieren:**

Kreuzkümmel und Bockshornklee in einer Pfanne rösten, fein mahlen. Zitronenschale abreiben. Halbe Zitrone auspressen, Knoblauch fein hacken. Alles mit den übrigen Marinade-Zutaten verrühren. Garnelen darin eine halbe Stunde ziehen lassen.

### **Gemüse garen:**

350 ml parfümierte Kokosmilch in einen Topf geben, mit etwas Wasser auffüllen, darin das Gemüse garen. Herausnehmen, warm stellen.

### **Marinieren:**

Dafür braucht es Sojasoße, eine Zitrone, Salz, Kokosblüten-Sirup, Knoblauch, Kreuzkümmel- und Bockshornklee-Saat.

### **Garnelen braten:**

Garnelen kurz kräftig in der Marinade anbraten, mit dem Saft der zweiten Zitronenhälfte ablöschen, in heißer Pfanne gar ziehen lassen. Bei Bedarf salzen mit Meersalz.

### **Soße anrühren:**

Übrige Kokosmilch auch vom gegarten Gemüse aufkochen, mit Stärke andicken. Mit Zucker und Salz abschmecken.

### **Servieren:**

Reis mit Gemüse und Garnelen anrichten, darüber die Soße träufeln.

test Mai 2022