

Rezeptidee der Woche



Zutaten

- ✓ 8-16 Garnelen
- ✓ 2 Clementinen
- ✓ 1 EL Butter
- ✓ 1 TL Rohrohrzucker
- ✓ Orangensaft
- ✓ 1-2 Chicoree
- ✓ 1 Schalotte
- ✓ Orangensaft
- ✓ Koriandergrün
- ✓ Salz und Pfeffer

Garnelen mit gebratenen Clementinen & Chicoree

Die Clementinen pellen und in einzelne Filets teilen. Butter und Rohrzucker in einer Pfanne auslassen. Die Clementinenfilets ca 1 Minute bei niedriger Temperatur mit etwas Orangensaft darin schwenken und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Chicoree putzen und in feine Streifen schneiden, die Schalotte fein würfeln. In etwas Öl anbraten und mit Orangensaft, Pfeffer, Salz und Koriandergrün abschmecken. Die Garnelen in Öl anbraten und mit den Clementinen und dem Chicoree servieren. Dazu passt Erdnuss-Salsa.

