


Alfons Schuhbeck: Gebratene Garnelen und marinierte Jakobsmuscheln mit Frühlingsgemüse und Joghurt-Dip

 happy-mahlzeit.com/koch-shows/kerners-koeche/alfons-schuhbeck-gebratene-garnelen-und-marinierte-jakobsmuscheln-mit-fruehlingsgemuese-und-joghurt-dip

Zutaten für 4 Personen:

Für die gebratenen Garnelen:

- 8 Riesengarnelen
- einige Tropfen Öl
- 1 EL braune Butter, wahlweise Olivenöl
- 2 Splitter einer Zimtrinde
- 3 cm Vanilleschote
- 2 angedrückte, grüne Kardamomkapseln
- 1 Knoblauchzehe, in Scheiben geschnitten
- 2 Scheiben Ingwer
- je 1 Msp. unbehandelter Zitronen- und Orangenabrieb
- mildes Chilisalz

Zubereitung:

Die Garnelen schälen, entdarmen und am dicken Ende 1 cm einschneiden. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen. Die Garnelen darin auf einer Seite 1-2 Minuten anbraten, wenden, 1 Minute weiter braten, die Pfanne vom Herd nehmen und in der Nachhitze der Pfanne noch ca. 1 Minute weiter ziehen lassen.

Die braune Butter darauf träufeln, Zimt, Vanille, Kardamom, Knoblauch und Ingwer in die Pfanne geben, Zitronen- und Orangenabrieb dazu, mit Chilisalz würzen und alles vermengen.

Für die Jakobsmuscheln:

- 6 Jakobsmuscheln, ausgelöst
- 2 EL mildes Olivenöl
- 1 Spritzer Limettensaft
- 1 Msp. Limettenabrieb
- mildes Chilisalz
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- weißer und schwarzer Sesam

Zubereitung:

Die Jakobsmuscheln je in 3-4 dünne Scheiben schneiden. Olivenöl mit Limettensaft und Limettenabrieb, weißem und schwarzem Sesam verrühren und mit Chilisalz und Pfeffer würzen. Die Jakobsmuschelscheiben in die Marinade legen.

Für das Gemüse:

- 8 Morcheln
- Olivenöl
- 150 g weißer Spargel
- 150 g grüner Spargel
- 70 ml Gemüsebrühe
- 1-2 TL Butter
- 1 TL Petersilienblätter (frisch geschnitten)
- mildes Chilisalz
- Sherry
- Salz

Zubereitung:

Die Morcheln waschen und trocken tupfen. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, ½ TL Öl mit einem Pinsel darin verstreichen, die Morcheln darin sanft anbraten und mit Chilisalz würzen. Mit Sherry ablöschen. Etwas Butter dazugeben.

Den weißen Spargel schälen und die holzigen Enden abschneiden. Den grünen Spargel waschen, nur im unteren Drittel schälen und die holzigen Enden abschneiden. Die Spargelstangen sehr schräg in etwa 3 Stücke schneiden. Eine kleine Pfanne sanft erwärmen. Den Spargel hineingeben, die Brühe angießen und bei milder Hitze 6-8 Minuten bissfest garen, dabei kaum köcheln lassen. Nach Bedarf etwas Brühe nachgießen. Etwas Butter und Petersilie unterrühren und mit Chilisalz würzen.

Für den Joghurt-Dip:

- 150 g griechischer Joghurt
- 2 EL Milch oder Gemüsebrühe
- 1 Msp. Limettenabrieb
- 1 Msp. geriebener Ingwer
- 1 TL Olivenöl
- mildes Chilisalz
- 1 Prise Zucker

Nach Bedarf:

ca. 8 junge Bärlauchblätter

Den Joghurt mit Limettenabrieb, geriebenem Ingwer und Olivenöl (und ggf. mit Milch) glattrühren. Mit Chilisalz und einer Prise Zucker würzen. Der Joghurt-Dip schmeckt besonders gut, wenn man ihn mit den fein geschnittenen Bärlauchblättern gut durchmengt.

Zum Anrichten den Dip mittig längs auf Tellern verteilen, das Gemüse anlegen und Garnelen und Jakobsmuschelscheiben dekorativ dazu setzen.

Rezept: Alfons Schuhbeck

Quelle: Kerners Köche 13.5.2017