

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 14. März 2023** ▪
Vorspeise mit Johann Lafer



Chau Duc Doan

Garnelen im Pistazienmantel mit Paprika-Chutney und geröstetem Brot

Zutaten für zwei Personen

Für die Garnelen im Pistazienmantel:

6-8 Riesengarnelen
 4-5 EL geschälte Pistazien
 1-2 Eier
 Mehl, zum Mehlieren
 Sonnenblumenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Garnelen schälen und den Darm entfernen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen.

Pistazien in einem Mixer fein mixen. Eier solange verquirlen, bis sich das Eiweiß und Eigelb verbunden haben.

Garnelen zuerst in das Mehl geben, danach in das Ei und anschließend mit zerkleinerten Pistazien ummanteln. Garnelen gleichmäßig in Öl anbraten.



Laut WWF ist die tropische **Garnele** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand Februar 2023):

- 1. Wahl: Südostasien: Aquakultur (Zucht in Zero-Input Systemen)
- 1. Wahl: Weltweit: Aquakultur, Bio- oder ASC-zertifiziert
- 1. Wahl: Europa: Aquakultur (Rezirkulierende Kreislaufanlagen mit Biofloc)

Für das Paprika-Chutney

1 Paprika
 1-2 Schalotten
 1 Knoblauchzehe
 1 Chilischote
 1-3 EL Apelessig
 1 TL rosenscharfes Paprikapulver
 3 Lorbeerblätter
 1-2 TL Zucker
 Sonnenblumenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Paprika halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und in Würfel schneiden. Knoblauch und Schalotten abziehen und fein würfeln. Chili ebenfalls fein würfeln. Knoblauch, Schalotten, Chili und Lorbeerblätter in einem Topf zusammen mit ein wenig Paprikapulver und Öl für 2-3 Minuten anbraten. Zucker hinzugeben. Essig und Paprikawürfel hinzugeben. Danach den Topfdeckel auflegen und für einige Minuten kochen lassen, bis die Paprika die gewünschte Konsistenz erreicht hat. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Brot:

½ Ciabatta
 1 Knoblauchzehe
 Butter, zum Braten
 Olivenöl, zum Braten

Brot grob würfeln und in Butter und Öl gleichmäßig goldbraun anbraten. Ggf. im Backofen fertigstellen. Brot vor dem Servieren mit Knoblauch einreiben.

Für die Garnitur:

1 Zweig Basilikum
 Neutrales Öl, zum Frittieren

Basilikumblätter abzupfen und im heißen Öl knusprig frittieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.