

Garnelen-Pfanne mit Baguette und Aioli

😊 happy-mahlzeit.com/2021/09/25/garnelen-pfanne-mit-baguette-und-aioli

Zutaten für 2 Personen

Für die Garnelen-Pfanne:

- 400 g Garnelen, küchenfertig
- 4 Frühlingszwiebeln
- 1 rote Chilischote
- 5 cm Ingwerwurzel
- 1 TL Zucker
- 80 ml Orangensaft
- 2 EL Austernsauce
- 2 EL Sonnenblumenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Für Baguette und Aioli:

- 1/2 Baguette
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Ei
- 1 TL mittelscharfer Senf
- 1 Zitrone
- 150 ml Sonnenblumenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Garnelen-Pfanne die Frühlingszwiebeln waschen, davon 1 sehr fein hacken. Restliche Frühlingszwiebeln schräg in dünne, ca. 5 cm lange Streifen schneiden. Chilischote putzen und in dünne Ringe schneiden. Ingwer schälen und fein hacken. Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Ingwer, Chili und die gehackten Frühlingszwiebel darin andünsten.

Garnelen waschen, trocken tupfen und in der Pfanne 3 Minuten von beiden Seiten anbraten. Austernsauce, Orangensaft und Zucker hinzufügen, aufkochen lassen. Die Hitze wieder reduzieren. Alles ca. 3 Minuten einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Restliche Frühlingszwiebeln 1 Minute vor Ende der Garzeit untermischen.

Baguette im vorgeheizten Ofen leicht erwärmen.

Für die Aioli Ei trennen. Eigelb, Senf und Zitrone verrühren. Knoblauch schälen, durch eine Knoblauchpresse drücken und dazu geben. Öl unter ständigem Rühren zufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Garnelen-Pfanne auf Tellern anrichten, mit Baguette und Aioli servieren.

Rezept: Christopher Grundmann

Quelle: Die Küchenschlacht vom 6. Oktober 2016

Episode: Hauptgang & Dessert