Garnelenspieße

Sonstige Gerichte » Fondue

Zutaten (4 Personen)

» 12 Riesengarnelen
» 1 TL Orangenschale
» 1 EL Zitronensaft
» 1 Lorbeerblatt/ -blätter
» 2 EL Olivenöl
» 1 Knoblauchzehe(n)
» Pfeffer
» 1 Msp. gem. Chilischote(n)

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
11-15€

Zubereitungszeit
61-90min

Zubereitung

1. Die Garnelen abbrausen, mit Küchenpapier trockentupfen und auf leicht geölte Holzspieße stecken.

2. Orangenschale, Zitronensaft, zerkleinertes Lorbeerblatt und Olivenöl verrühren. Knoblauch abziehen, hacken und zur Marinade geben. Mit Pfeffer und gemahlenen Chilischoten würzen.

3. Die Garnelen mit der Marinade bestreichen. Ca. 60min zugedeckt im Kühlschrank ziehen lassen. Die Garnelenspieße gut abtropfen lassen und im heißen Fett im Fonduetopf braten.

Nährwerte: 130kcal/E15g/F7g/KH1g pro Portion

angelegt am: 05.03.2005 Rezept-Nr: 1609

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke