

Riesengarnelen mit Mango-Salsa



Zutaten für 6 Stück:

6 Riesengarnelen

1-2 EL Olivenöl

Mango-Salsa:

150 g Mango-Fruchtfleisch

1 EL Zitronensaft,

1 TL Honig

1/2 kleine Schalotte

1 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer aus der Mühle

1 Prise Cayenne-Pfeffer

1. Riesengarnelen schonend auftauen, waschen und trocknen. Mit einem gezackten Messer am Rücken einschneiden und entdarmen.

2. Mango großzügig schälen, halbieren und das Fruchtfleisch vom Kern abschneiden, am besten in Spalten. 150 g Fruchtfleisch mit 1 EL Zitronensaft, 1 TL Honig, der fein gewürfelte Schalotte und 1 EL Olivenöl mit dem Stabmixer pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Cayenne-Pfeffer würzen. Optional eine weitere Spalte der

Mango sehr fein würfeln und unterheben.

3. Riesengarnelen in einer beschichteten Pfanne mit wenig Olivenöl braten, sie sollen gerade durchgezogen sein.

Hinweise:

Man kann die Riesengarnelen auch pochieren. Das Gericht schmeckt auch mit erkalteten Riesengarnelen, Partygarnelen oder Flusskrebse.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 20 min, Gesamtzeit ca. 3-4 h, Vorspeisen, Meeresfrüchte, international

Rezept und Foto: Walter
Stand 24.01.2023