

Scampi-Riesengarnelen auf Blattsalat

(oder: so kann das Wochenende beginnen)

Zutaten:
pro Person 4-6 Riesengarnelenschwänze (in der Schale, entdarmt), 2 Zitronen (ausgepresst), 1 Knoblauchknolle, 1-2 Chilischote, 1 Bund Frühlingszwiebeln, 3-4 EL Honig, Salz und Pfeffer, Butter und Öl, glatte Petersilie, kleine Strauchtomaten, diverse Blattsalate

1. Die Blattsalate, wir bevorzugen hier die krausen Sorten, waschen, im Handtuch leicht schleudern und in tiefen Tellern anrichten. Den Rand mit Tomaten den halbierten Tomaten ausdekorieren. Oftmals werden wir nach Mengen gefragt, nehmen Sie einfach so viele, wie Sie mögen. Das sehen wir beim Kochen immer ganz locker, und zwar bei vielen Gerichten! Wenn eine Zutat gerade besonders gut angeboten wird, dann darf sie auch im Vordergrund stehen. Sie schmeckt ja dann auch besonders gut. Die Menge an Chili und Honig schmecken Sie ab. Jeder empfindet Schärfe unterschiedlich.

2. Nun zu unseren Garnelen: Eine Pfanne auf dem Herd erhitzen, Butter und Öl hinein (die Butter wird mit dem Öl nicht so leicht braun). Die Knoblauchknolle in der Mitte durchschneiden und mit der Schnittfläche nach unten in die Pfanne setzen. Die gewaschenen und getrockneten Garnelenschwänze in der Pfanne verteilen. Von jeder Seite ca. 2-3 Minuten braten.

3. Garnelen auf einem Teller beiseite stellen, die dünn geschnittene Chilischote in und das Helle der Frühlingszwiebel in das heiße Fett geben und kurz anbraten. Nun das Grün der Zwiebeln und den Honig hinzufügen. Kurz aufkochen lassen, und mit dem Zitronensaft ablöschen. Den Knoblauch entfernen, den Sud verrühren und die Pfanne vom Feuer nehmen.

4. Die nun etwas abgekühlten Garnelen ausschälen, auf den vorbereiteten Salattellern anrichten. Mit Salz und Pfeffer, wie immer frisch aus der Mühle, würzen und mit dem lauwarmen Honig-Zwiebelsud übergießen. Mit der gehackten Petersilie ausdekorieren. Dazu ein lauwarmes Baguette und danach etwas Käse und es kann Sonntag werden.

Unsere Markttermine:

Mittwoch	**Hameln**	**07.00 - 13.00 Uhr**
	Salzhemmendorf	**08.00 - 13.00 Uhr**
Donnerstag	**Eschershausen**	**08.00 - 13.00 Uhr**
	Hameln EDEKA Lemkestr.	**07.30 - 18.00 Uhr**
	Hameln Hofverkauf Uferstr. 76 / direkt am Campingplatz	**15.00 - 18.00 Uhr**
Freitag	**Bodenwerder**	**07.00 - 13.00 Uhr**
	Springe	**07.00 - 13.00 Uhr**
Samstag	**Hameln**	**07.00 - 13.00 Uhr**

Fisch Meyer GmbH
Uferstraße 76 | 31787 Hameln | Telefon 05151 679167 | E-Mail info@fisch-meyer.de

FISCH MEYER
SEIT 5 GENERATIONEN – AUS LIEBE ZUM FISCH!