



Hajo kocht

exklusiv fürs jUHU



Gebratene Garnelen mit Ananas in Chili-Ingwer-Knoblauchbutter mit Vanille auf Kardamom-Reis

Zutaten für 4 Personen:

Reis:

- 250 g Langkornreis
- 50 g Butter
- 10 St grüne Kardamomkapseln
- 1 St kleine Zwiebel gehackt
- 0,5–0,6 l Gemüsebrühe

Garnelen:

- 500 gr Butter
- 45 g Knoblauch geschält ohne Keim
- 40 g scharfe Chili ohne Stiel
z.B. Bischofsmütze
- Mark einer ½ Vanilleschote
- 65 g geschälter Ingwer
- 12 g Salz

- 20 St Riesengarnelenschwänze mit Schale
- etwas Pflanzenöl
- 2 El Sesamöl
- 1 St Miniananas gewürfelt oder 5 Scheiben aus der Dose
- ½ Bd. frischer Koriander
- etwas Mehl

Zubereitung

Die Butter schneiden und in eine Schüssel geben, damit sie bei Zimmertemperatur besser gerührt werden kann.

Die Chilis mit Kernen, den Knoblauch und den Ingwer sehr fein wiegen, fast pastös. (Dabei Handschuhe tragen, um ungewollte Augen- oder Hautreizungen durch das Capsaicin der Chili an den nackten Fingern zu vermeiden!)

Diese Mischung mit dem Vanillemark (die ausgekratzte Schote in Zucker einlegen für echten Vanillezucker) und dem Salz in die weiche Butter rühren und reifen lassen. Das Aroma entwickelt sich sehr gut, wenn die Butter schon am Vortag zubereitet wird.

Nun in einem Topf die Zwiebelwürfelchen mit den angedrückten Kardamomkapseln in Butter anschwitzen. Wenn die

Zwiebelchen glasig sind, den Reis zugeben, eine gute Prise Salz dazu und die Gemüsebrühe angießen. Wenn diese nun kocht, den Reis mit Deckel in den vorgeheizten Ofen bei 180°C stellen für ca. 20 min.

So lange der Reis gart, die Garnelen schälen und den Darm entfernen. Die Schalen mit etwas Öl und dem Sesamöl in einer Pfanne anbraten. In diesem Öl werden dann die Garnelen gebraten.

Die Garnelenschwänze zur Hälfte einschneiden, in Mehl wenden, abklopfen und in dem „Schalenöl“ vorsichtig anbraten. Nach dem Wenden die Ananasstückchen zugeben und die Temperatur erhöhen, so dass die nun zugegebene Chili-Ingwer-Knoblauchbutter mit Vanille (Menge nach Belieben) schön aufschäumt, aber nicht verbrennt.

Die Garnelen mit der Ananas auf dem Reis anrichten, mit der Bratbutter überträufeln und mit frisch gehacktem Koriander garnieren.

Dazu ein Gläschen spritziger Grauburgunder. Mmmh Lecker.

Die Butter kann natürlich auch zu frisch Gegrilltem gegessen werden.

Guten Appetit wünscht
Hajo Haug

