

Lauwarm caramellierte Crevettenschwänze auf Frühlingsspinat mit Mangosalsa

Kategorie	Meeresfrüchte
Geographisch	asiatisch
Rezept für	4 Personen
Schwierigkeit	Lehrling
Zubereitung	30 Minuten

Ein süss-scharfes, reizvolles und leichtes Gericht - am Besten schmeckt dazu ein kühles asiatisches Bier!



Mise en place

2 reife Mango
1 Bund Frühlingszwiebeln
1 EL Olivenöl
Saft von 1/2 Limette
1-2 TL Milerb-Chili
1 TL Milerb-Koriander

4 handvoll Spinat

80 g Rohrzucker
Saft von 1 Limette
2 EL Sesamöl
2TL Milerb-Knoblauch
1 TL Maizena in 1 dl Wasser aufgelöst

2 rote Peperoni

800 g Crevetten, roh, von Panzer und Darm befreit
1 EL Olivenöl
1 EL thailändische Fischsauce
100 g Erdnüsse, gehackt

Zubereitung

Die Mangos schälen, vom Kern befreien und fein würfeln. Die Frühlingszwiebeln waschen, rüsten, den weissen Teil fein würfeln und den grünen Teil diagonal in Ringe schneiden. Das Olivenöl, den Limettensaft, Milerb-Chili und Milerb-Koriander verrühren und zusammen mit den weissen Frühlingszwiebelwürfeln unter die Mangowürfel mischen.

Die Spinatblätter waschen und trockenschleudern.

Den Rohrzucker bei milder Hitze goldbraun caramellisieren, Limettensaft und Sesamöl beifügen und rühren, bis sich der Zucker auflöst, dann den Milerb-Knoblauch und das Wasser mit dem Maizena einrühren.

Das Gemüse waschen, vom Stielansatz und den Kernen befreien und in Streifen schneiden.

Im Wok das Olivenöl stark erhitzen, die Crevetten und die Peperonistreifen hineingeben, wenden und nach einer Minute die caramellierte Flüssigkeit darübergiessen. Je nach Grösse der Crevetten alles 1 - 2 Minuten weitergaren, dabei immer wenden, mit Fischsauce würzen. Vom Feuer nehmen. Zum Servieren den Spinat auf den Tellern verteilen, das Gericht darauf geben, mit Frühlingszwiebelgrün und Erdnüssen bestreuen und reichlich scharfe Mangosalsa dazu reichen.