



GEDÄMPFTE GARNELEN MIT VERMICELLI & KNOBLAUCH



Für 4 Personen

ZUTATEN

12-15 Tiger-/Riesengarnelen mit Kopf
1 Nest Mungbohnen-Nudeln (Vermicelli)

für das Knoblauchöl:

1-2 EL Pflanzenöl
1 Knolle Knoblauch

für die Dekoration:

2 Frühlingszwiebeln
1 große rote Chili

für die Sauce:

2 EL leichte Sojasauce
1 TL Zucker
2-3 EL kochendes Wasser

VORBEREITUNG

Mungbohnen-Vermicelli 3 Minuten in kochend heißem Wasser einweichen, abseihen und auf Servierteller legen.

Garnelen schneiden, entweder unterhalb des Kopfes oder den Kopf gerade durchschneiden, das Messer durch das Garnelenfleisch führen und kurz vor dem Schwanz enden, so dass der Schwanz die beiden Seiten der Garnele hält. Garnelen auf die Fadennudeln legen.

Knoblauchzehen schälen, fein hacken und in eine hitzebeständige Schüssel geben. Die Hälfte in 1-2 Esslöffeln Öl in einem Wok oder einer Bratpfanne bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren goldbraun braten. Sobald der Knoblauch gleichmäßig goldbraun ist, durch ein Sieb gießen und für später beiseite stellen.

Das gleiche Öl in den Wok zurückgießen und auf hoher Flamme erhitzen. Sobald das Öl rauchheiß ist, über den Rest des gehackten Knoblauchs gießen, anschließend das Knoblauchöl über die Garnelen gießen.



GEDÄMPFTE GARNELEN MIT VERMICELLI & KNOBLAUCH

VORBEREITUNG

Frühlingszwiebeln und rote Chilli in dünne Streichholzstifte schneiden und in eiskaltes Wasser legen, bis sie sich kräuseln.

Saucen-Zutaten mischen.

ZUBEREITUNG

Garnelen im FullSteam je nach Größe 3-5 Minuten bei Volldampf dämpfen, bis die Garnelenschalen korallenrosa sind.

Gebratenen Knoblauch mit den Frühlingszwiebel- und Chilikringeln über die Garnelen geben. 1 Esslöffel Pflanzenöl auf großer Flamme erhitzen, bis es rauchig heiß ist. Über die Garnelen gießen und anschließend mit der Sauce begießen.