

Cremige Garnelen-Pfanne

Für 4 Personen

500 g TK-Garnelen	2 TL Butter	100 g getrock. Öl-Tomaten
2 Knoblauchzehen	100 g Blattspinat	120 ml Weißwein
300 ml Schlagsahne	50 g Parmesan (Stück)	1 TL getrock. Kräuter
$\frac{1}{2}$ TL Edelsüßpaprika	Salz, Pfeffer	1 kleines Bund Petersilie

Garnelen auftauen lassen und schälen. Butter in einer großen Pfanne zerlassen. Garnelen darin bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten andünsten, bis sie leicht rosa sind. Aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen.

Knoblauch schälen und fein hacken. Getrocknete Tomaten in einem Sieb abtropfen lassen und in feine Streifen schneiden. Tomatenstreifen 1-2 Minuten in der Pfanne anbraten.

Knoblauch zu den Tomaten geben und zusammen anschwitzen, bis es anfängt zu duften. Mit Weißwein ablöschen und bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis die Flüssigkeit auf die Hälfte reduziert ist. Schlagsahne hinzugießen und kurz aufkochen.

Parmesan fein reiben, zur Weißwein-Sahne geben und unter Rühren darin auflösen. Sahnesoße mit Kräutern und Paprikapulver würzen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Spinat waschen, grob hacken und mit Garnelen in die Sahnesoße geben, alles gründlich vermengen.

Petersilie waschen, trocken schütteln und grob hacken. Garnelenpfanne mit einer Handvoll Petersilie bestreuen und mit frischem Baguette servieren. Restliche Petersilie in einem kleinen Schälchen dazu reichen.

Katharina Klieme am 07. Dezember 2023