

## Beschwippste Garnelen mit Reis im Bananen-Kranz

### Für 2 Personen

250 g Riesen-Garnelenschwänze	150 g Langkornreis	1 Zwiebel, mittelgroß
2 Bananen, reif	1 Zitrone, unbehandelt	1 Bund Petersilie, glatt
150 g Sahne, süß	80 g Margarine	120 ml Cachaca
Sojaöl	Salz	Pfeffer, weiß

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen. Den Reis in Salzwasser gar kochen. Die Zwiebel abziehen und klein hacken. Die Margarine in einem Topf erhitzen und darin die Zwiebeln glasig dünsten. Die Garnelenschwänze waschen und trocken tupfen. Anschließend mit Salz und weißen Pfeffer würzen, zu den Zwiebeln geben und solange braten und wenden bis die Garnelen eine rote Farbe annehmen. Anschließend den Cachaca darüber gießen und kurz flambieren. Die Sahne dazugeben, aufkochen lassen und vom Herd nehmen. Die Petersilie abzupfen, hacken und unter die Garnelen mischen. Anschließend im Backofen warm stellen. In einer tiefen Pfanne das Sojaöl erhitzen. Die Zitrone halbieren, den Saft auspressen, in eine Schüssel gießen und mit 125 Milliliter Wasser vermengen. Die Bananen schälen, in die Flüssigkeit legen und drei bis vier Minuten ziehen lassen. Anschließend die Bananen in dünne Scheiben schneiden und im Sojaöl braten bis sie leicht angebräunt sind. Die Garnelen und den Reis auf Tellern anrichten und mit den Bananenscheiben garnieren.

Knut Fuljahn am 06. Januar 2010