

Chili-Garnelen mit Polenta und Koriander-Pesto

Für zwei Personen

Für die Garnelen:

10 Riesengarnelen	3 getr. Chilischoten	4 Schalotten
1 Knoblauchzehe	100 g Frühlingszwiebeln	1 TL edelsüßes Paprikapulver
110 ml neutrales Öl	Salz	

Für die Polenta:

120 g Instant-Polenta	200 ml Milch	400 ml Gemüsefond
50 g Parmesan	40 g Butter	Salz

Für das Pesto:

15 g Korianderblätter	3 EL Petersilienblätter	2 Knoblauchzehen
1 Zitrone	1 TL gem. Kreuzkümmel	1 Prise Cayennepfeffer
4 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur:

Grüne und rote Beetskresse

Für die Garnelen:

Die Garnelen abspülen und trockentupfen.

Frühlingszwiebeln putzen. Schalotten und Knoblauch abziehen.

Frühlingszwiebeln, Schalotten und Knoblauch zusammen mit $\frac{1}{2}$ TL Salz, Paprikapulver und Chilischoten in den Mixer geben. Nach und nach Öl dazugeben und alles zu einer feinen Marinade pürieren. Garnelen marinieren und kurz vor dem Servieren in einer Grillpfanne für 2-3 Minuten grillen.

Für die Polenta:

Fond und Milch aufkochen und Maisgrieß unter Rühren langsam einröseln lassen. Gut rühren. Parmesan reiben. Nach etwa 15 Minuten Parmesan und Butter dazu geben. Mit Gemüsefond und Milch schön sämig rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Pesto:

Koriander und Petersilie abbrausen und trockenwedeln. Blätter abzupfen.

Zitrone auspressen und Saft auffangen. Knoblauch abziehen und grob hacken. Kräuter, Knoblauch, 2 Esslöffel Zitronensaft, Kreuzkümmel und Cayennepfeffer in einen Mixer geben, nach und nach Olivenöl zugießen.

Für die Garnitur:

Gericht mit Kresse garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Leona Malchow am 05. Februar 2019