

Garnelen-Täschchen mit Glasnudel-Salat

Für zwei Personen

Für das Garnelentäschchen:

10 Reisblätter	10 Garnelen	1 Karotte
100 g Mungobohnenkeime	Olivenöl	

Für den Glasnudelsalat:

100 g Glasnudeln	1 Bund Frühlingszwiebeln	1 Limette
1 Zweig Koriander	$\frac{1}{2}$ TL gelbe Currypaste	1 EL helle Sojasauce
1 EL Fischsauce	1 TL Sesamöl	2 EL Erdnussöl
1 EL Zucker		

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Reisblätter in kaltem Wasser einweichen. Die Glasnudeln in lauwarmem Wasser etwa zehn Minuten einweichen. Anschließend kurz in dem kochenden Wasser blanchieren, abgießen, mit kaltem Wasser abschrecken und gegebenenfalls mit einer Küchenschere durchschneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen, trocken tupfen und in feine Ringe schneiden. Etwas Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen und die Frühlingszwiebeln darin andünsten. Den Koriander, waschen, trocken tupfen und fein hacken. Die Limette halbieren und eine Hälfte auspressen. Die Glasnudeln mit den Frühlingszwiebeln sowie dem Koriander vermengen. Den Limettensaft mit der Currypaste, dem Zucker, dem Sesamöl, der Sojasauce sowie der Fischsauce verrühren und das Dressing über den Salat geben. Die Garnelen von Darm, Kopf sowie Schale befreien und waschen. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und die Garnelen darin kurz von allen Seiten anbraten. Die Karotte schälen, in dünne Stifte hobeln und ebenfalls kurz in etwas Olivenöl anbraten. Die Mungobohnenkeime waschen. Jeweils eine Garnele, etwas von den Karotten sowie den Mungobohnenkeimen auf ein Reisblatt geben und zu Täschchen formen. Das Erdnussöl in einer weiteren Pfanne erhitzen und die Päckchen von allen Seiten gut darin anbraten. Den Glasnudelsalat zusammen mit den Garnelentäschchen auf einem Teller anrichten und servieren.

Vanessa Hansen am 19. August 2014