

Shrimps 'Dambala' mit frittierter Kochbanane

Für zwei Personen

Für die Shrimps:

200 g Garnelen	50 g Ingwer	1 Zwiebel
1 Peperoni	3 Knoblauchzehen	1 EL Olivenöl
1 TL mittelscharfes Curry schwarzer Pfeffer	1 TL flüssiger Honig	Olivenöl, Salz

Für die Sauce:

20 g Ingwer	1 rote Chili	3 Knoblauchzehen
1 Zitrone	Salz, Sonnenblumenöl	

Für den Salat:

100 g Rucola	1 Fleischtomate	1 Zitrone
Olivenöl, Salz		

Für die Kochbanane:

1 gelbe Kochbanane	100 ml Pflanzenöl
--------------------	-------------------

Die Garnelen längs am Rücken einschneiden, entdarmen und waschen und trocken tupfen. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen, den Knoblauch pressen und die Zwiebel abziehen. Den Ingwer schälen und fein reiben. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin die Zwiebeln und den Knoblauch sowie den Ingwer anbraten. Anschließend die Garnelen hinzugeben und mit braten. Das Ganze mit der Sauce, dem Curry und dem Honig würzen und bei geringer Temperatur köcheln lassen.

Die Kochbanane wird längs halbiert und in circa drei Zentimetergroße Stücke schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Banane zugeben und goldbraun von allen Seiten braten. Die Banane auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Für den kleinen Salat den Rucola verlesen, waschen und trocken schleudern. Die Tomate in kleine Stücke schneiden. Die Zitrone auspressen und einen Teil des Safts mit dem Öl und dem Salz zu einer Vinaigrette verrühren und über den Rucola und der Tomate geben.

Die Garnelen mit den Kochbananen und dem kleinen Salat auf Tellern anrichten und garnieren.

Elizaneda Gerner am 21. Juli 2015