

Garnelen-Zitronengras-Spieß mit Mango-Reis-Salat

Für vier Personen

Für den Spieß:

800 g Riesengarnelen	1 rote Chilischote	1 Knoblauchzehe
20 g frischer Ingwer	10 Stängel Zitronengras	1 EL helle Sojasoße
1 TL Currypulver	Salz, Öl	

Für den Mango-Reis-Salat:

150 g Basmatireis	150 g Sojasprossen	4 Frühlingszwiebeln
1 Mango	Ingwer, gerieben	Chili, fein gehackt
1 Knoblauchzehe	2-3 EL Reisessig	2 EL Mirin
3 EL Sesamöl	2 EL Sojasoße	2 EL Erdnussöl
Salz	Pfeffer	4 Zweige Koriandergrün
1 Limette		

Für den Spieß:

Die Riesengarnelen kalt abbrausen. Den Kopf durch Drehen abtrennen und die Schwänze schälen. Die Garnelenschwänze im Rücken entlang einschneiden und den Darm entfernen. Anschließend waschen, trocken tupfen und fein hacken oder durch den Fleischwolf drehen.

Die Chilischote längs halbieren, entkernen, waschen und fein hacken. Knoblauch und Ingwer schälen und fein reiben.

Die gehackten Garnelenschwänze mit Sojasoße, einer Prise Salz, Currypulver, Ingwer, Knoblauch und Chili vermischen.

Das dicke Ende vom Zitronengrasstängel mehrfach der Länge nach einschneiden. Achtung nicht bis zum Ende durchschneiden! Die Garnelenmasse mit angefeuchteten Händen zu kleinen Röllchen formen und diese dann in die Mitte des Stängels drücken, sodass die Fasern die Masse wie ein Netz halten.

Die Garnelenspieße in der Fritteuse oder einem Topf mit viel Öl goldbraun backen. Den Stiel nicht mitfrittieren. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für den Mango-Reis-Salat:

Den Reis in 300 ml kochendem Salzwasser in etwa 10 Minuten bissfest garen, dann abgießen und kalt abbrausen.

Für den Salat die Sojasprossen waschen und abtropfen lassen. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein schneiden und würfeln.

Ingwer, Chili und Knoblauch in einer Pfanne anschwitzen. Die Sojasprossen dazugeben und gut durchschwenken. Mit Reisessig, Sojasoße, Mirin, Sesamöl und Erdnussöl würzen.

Den Reis in die Pfanne geben und etwas von dem Sesamöl darüber träufeln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und den gehackten Koriander untermischen. Anschließend die Frühlingszwiebeln und die Mangowürfel unter den Reis-Salat heben. Gegebenenfalls erneut abschmecken.

Nach Belieben die Limette heiß waschen, abtrocknen und in Spalten schneiden.

Den Mango-Reis-Salat auf einem Teller anrichten und die Garnelen- Zitronengras-Spieße darauf legen, nach Geschmack nochmal mit dem Öl beträufeln.

Johann Lafer am 15. Juli 2017