Pad Thai

Für zwei Personen

Für die Ananas:		
1 Ananas	4 EL Zucker	Öl
Für die Garnelen:		
6 Garnelen	3 Zehen Knoblauch	1 Rote Zwiebel
300 g gekochte Reisbandnudeln	1 Knolle Ingwer	3 Stangen Zitronengras
1 Urkarotte	Öl	Salz, Pfeffer
Für das Gemüse:		
1 Bund Thai-Spargel	1 rote Paprika	1 Pak Choi
1 Spitzkohl	4 EL Teryakisauce	1 EL Zucker
Salz	Pfeffer	

Für die Ananas:
Die Ananas schälen und in Scheiben schneiden. In eine Grillpfanne geben und mit Öl und Zucker bestäuben. Nach 5 Minuten wenden.
Für die Garnelen:
Den Knoblauch und die Zwiebel abziehen und feinhacken. Ingwer schälen und feinhacken. Zitronengras der Länge nach aufschneiden.
Urkarotte schälen und in Scheiben schneiden. Alles in eine Pfanne mit heißem Öl geben. Garnelen mit Salz und Pfeffer würzen und dazugeben. Nudeln erst am Ende untermengen.
Für das Gemüse:
Den Thai-Spargel, die Paprika, den Pak Choi und den Spitzkohl waschen und trocken tupfen. Alles kleinschneiden und zu den Garnelen geben. Teryakisauce und Zucker hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
Pad Thai auf Tellern anrichten und servieren.

Johann Lafer am 13. Oktober 2017