

# Ingwer-Garnelen mit Buttermilch-Chicorée

**Für zwei Personen**

**Für den Buttermilch-Chicorée:**

3 kleine Chicorée	2 Limetten	5 g Ingwer
100 ml Buttermilch	50 ml Weißwein	$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum
1 EL Rapsöl	Salz	Pfeffer

**Für die Ingwer-Garnelen:**

8 Garnelen	10 g Ingwer	2 Knoblauchzehen
1 EL Rapsöl	Sauerampfer	Brunnenkresse
Salz	Pfeffer	

**Für den Buttermilch-Chicorée:**

Die Limetten heiß waschen, Schale abreiben, halbieren und den Saft auspressen. Ingwer fein reiben. Basilikum abbrausen und trockenwedeln. Einige kleine Blätter für die Garnitur bei Seite legen.

Buttermilch, Limettensaft und -Abrieb, Ingwer und 20 Basilikumblätter zu einem glatten Dressing aufmixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Chicorée halbieren, mit Salz und Pfeffer würzen und auf der Schnittfläche anbraten. Dann kurz wenden und weiterbraten. Mit 50 ml Wasser ablöschen und bei geschlossenem Deckel weich schmoren.

Chicorée danach aus der Pfanne nehmen und den Strunk herausschneiden. Eine Hälfte vom Chicorée kleinschneiden und die andere Hälfte im Ganzen lassen. Anschließend den kleingeschnittenen Chicorée in dem grünen Dressing für ca. 15 Minuten einlegen.

**Für die Ingwer-Garnelen:**

Garnelen waschen und trocken tupfen. Längs halbieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Knoblauchzehen abziehen und das Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Garnelen und Knoblauchzehen darin scharf anbraten. Den Ingwer fein über die Garnelen reiben.

Die gekringelten Garnelen dekorativ auf dem zerkleinerten Chicorée anrichten und die Chicoree-Hälften rund herum platzieren. Mit kleinen Basilikumblättern, Sauerampfer und Brunnenkresse garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Mario Kotaska am 18. April 2019