

Vanille-Graupen mit Garnelen auf Tomaten-Orangen-Sugo

Für 4 Personen

4 Jacobsmuscheln	8 Seawatergarnelen	200 g Kirschtomaten
10 Schalotten	2 Vanilleschote	150 g Parmesan
100 g Perlgraupen, mittel	300 ml Geflügelfond	1 Bund Blattpetersilie
50 ml Weißwein	50 ml Wermut	2 Schoten Chili, rot, klein
2 Orangen, unbehandelt	1 Knolle Knoblauch	Olivenöl
Pfeffer	Salz	

Die Schalotten schälen und fein würfeln. Für die Graupen die Hälfte der Schalottenwürfel ohne Farbe anschwitzen, Vanillemark und -schote kurz mitschwitzen, Graupen hinzugeben, mit etwas Weißwein ablöschen und mit Geflügelfond weich kochen. Vor dem Servieren mit geriebenem Parmesan, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Saft der Orangen auspressen, die Schale abreiben. Das Tomatensugo mit den restlichen Schalotten, geschnittenen Kirschtomaten, Chili und Orangensaft ansetzen. Kurz vor dem Servieren noch den Abrieb der Orangen zugeben. Die Seawatergarnelen in einer Pfanne in Olivenöl heiß anbraten, mit dem restlichen Weißwein und Wermut ablöschen und bei geschlossenem Deckel mit Knoblauch circa fünf Minuten köcheln lassen. Auf ein Sieb gießen und den Fond mit zum Tomatensugo geben. Vor dem Servieren mit geschnittener Blattpetersilie mischen und um die Graupen verteilen. Mit Tomaten-Orangensugo anrichten. Die Jacobsmuschel würzen und in Olivenöl von beiden Seiten scharf anbraten und auf die Graupen setzen.

Tipp:

Falls man Garnelen mit Schale kauft, kann man daraus mit noch etwas angedünsteten Zwiebeln, einem Schuss Weißwein und kalter Butter eine Soße zubereiten.

© Spiegel TV infotainment/

Mario Kotaska am 11. Februar 2011