

# Garnelen-Spieß mit Spinat und Röstkartoffeln

## Für 4 Personen:

16-20 TK-Garnelen	800 g TK-Blatt-Spinat	4 mittelgroße Kartoffeln
2 Schalotten	1 frische, rote Chilischote	1 Stück Ingwerknolle
2 Knoblauchzehen	1 Zweig Rosmarin	1 Bio-Zitrone
Salz, Pfeffer	4 EL natives Olivenöl	1 Nocke Butter
4 lange Holzspieße		

Die Garnelen über Nacht im Kühlschrank auftauen lassen, danach mit kaltem Wasser abspülen. Die Kartoffeln bissfest garen, pellen und als einzelne Scheiben in einer großen Pfanne mit Bratöl von beiden Seiten kross braten.

Schalotten schälen, in Streifen schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen. Chili entkernen, in feine Streifen schneiden; eine Knoblauchzehe hacken und beides in die Pfanne geben. Den Spinat und etwas Salz plus einer Nocke Butter hinzufügen. Die Pfanne mit dem Deckel schließen, die Temperatur verringern und den Spinat im eigenen Saft garen; mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Jeweils 4-5 Garnelen auf einen Spieß stecken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Rosmarin und eine zerdrückte Knoblauchzehe hineingeben; die Garnelenspieße von beiden Seiten jeweils 1-2 Minuten braten, dabei salzen und mit fein geriebenem Ingwer würzen. Zum Schluss etwas Zitronen-Abrieb und -Saft dazugeben.

Kartoffeln, Spinat und Garnelen-Spieße anrichten.

Björn Freitag am 10. April 2022