Rezept

Knoblauchgarnelen mit Chili

Ein Rezept von Knoblauchgarnelen mit Chili, am 29.04.2024

Zutaten

600 g	rohe Garnelen
2 Zehen	Knoblauch
1 kleines Bund	Petersilie
	Pfeffer
1	rote Chilischote
½	Bio-Zitrone
5 EL	Olivenöl
	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 310 kcal

Zubereitung

1. Die Garnelen mit einer Schere an der Bauchseite längs aufschneiden und den Panzer ablösen. Die Garnelen am Rücken mittig leicht einritzen und den schwarzen Darm herauslösen. Anschließend die Garnelen kalt abbrausen und trocken tupfen.

2. Die Chilischote längs halbieren und die Kerne entfernen, die Schote waschen und sehr fein würfeln. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Zitrone heiß waschen und abtrocknen, die Schale abreiben und den Saft auspressen. Die Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken.

3. Chili, Knoblauch, Zitronenschale und 2 EL Zitronensaft mit dem Olivenöl verrühren. Die Petersilie untermischen und mit Pfeffer würzen. Die Garnelen im Würzöl wenden und zugedeckt im Kühlschrank 2 Std. marinieren.

4. Die Garnelen noch einmal durchmischen und auf dem heißen Stein in ca. 4 Min. rosa und leicht braun braten, dabei mehrmals wenden. Mit Salz und Pfeffer würzen.