Rezept

Thailändischer Glasnudelsalat mit Garnelen

Ein Rezept von Thailändischer Glasnudelsalat mit Garnelen, am 04.05.2024

Zutaten

200 g	Glasnudeln
1	Stiel Thai-Basilikum
50 g	Erdnusskerne
2	Limetten
4	Riesengarnelen
1	rote Chilischote
3 EL	Fischsauce (Asienladen)
	Pfeffer
1-2 TL	brauner Zucker
2	rote Zwiebeln
1	kleines Bund Koriandergrün
1 Stange	Staudensellerie
100 g	geschälte küchenfertige Garnelen
2	Knoblauchzehen
3 EL	Öl (z. B. Raps- oder Distelöl)
	Salz
1 EL	helle Sojasauce

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 400 kcal

Zubereitung

1. Die Glasnudeln in eine Schüssel geben, mit kochendem Wasser übergießen und ca. 5 Min. quellen lassen. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Glasnudeln mit einer Küchenschere etwas klein schneiden und in eine Schüssel geben.

2. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die Kräuter waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Die Erdnusskerne grob hacken. Den Staudensellerie putzen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Alles zu den Glasnudeln geben. 3-4 EL Saft von 1 Limette auspressen.

3. Die Garnelen waschen, trocken tupfen und fein würfeln. Die Riesengarnelen waschen, trocken tupfen und bis auf das Schwanzsegment schälen. Dann am Rücken längs einschneiden und den Darm entfernen.

4. Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Chilischote längs halbieren, entkernen, waschen und in Streifen schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch und Chili darin kurz dünsten. Garnelenwürfel dazugeben und ca. 1 Min. braten. Die Chili-Knoblauch-Mischung möglichst ohne Öl zu den Glasnudeln geben.

5. Das verbliebene Knoblauch-Chili-Öl wieder erhitzen, die Riesengarnelen darin von beiden Seiten 2-3 Min. braten. Mit je 1 EL Fischsauce und Limettensaft ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen.

6. Die restliche Fischsauce mit Sojasauce, Zucker und 1 EL Limettensaft verrühren und unter den Glasnudelsalat mischen. Bei Bedarf mit etwas Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Auf Teller verteilen und die Riesengarnelen darauf anrichten. Die restliche Limette heiß waschen, trocken reiben und vierteln, die Viertel dazulegen. Den Salat nach Belieben mit übrigem Limettensaft beträufeln.