

Rezept

Garnelen in Gurken-Frischkäse-Röllchen

Ein Rezept von Garnelen in Gurken-Frischkäse-Röllchen, am 30.06.2026

Zutaten

Für die Deko:

2 Stängel Dill

4 Kirschtomaten

Für die Röllchen:

1 Salatgurke

50 g Frischkäse

Für die Garnelen:

1 Handvoll Petersilie

1 Knoblauchzehe

2 TL Olivenöl

6 geschälte, küchenfertige Garnelen

100 ml Weißwein

1 Spritzer Zitronensaft

Pfeffer

Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen als Vorspeise | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min
Pro Portion Ca. 240 kcal, 13 g F, 14 g EW, 6 g KH

Zubereitung

1. Für die Deko den Dill waschen, trocken schütteln, die Spitzen abzupfen und auf einem Teller auslegen. Die Kirschtomaten waschen und halbieren.
2. Für die Röllchen die Gurke putzen, waschen und längs mit dem Sparschäler sechs dünne Streifen abschneiden. Die Gurkenstreifen aufrollen, auf das Dillbett stellen und mit Frischkäse füllen. Tomaten rund um die Röllchen anrichten.
3. Für die Garnelen Petersilie waschen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Den Knoblauch schälen und in kleine Stücke schneiden.
4. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und den Knoblauch darin anschwitzen. Die Garnelen kalt abspülen, mit Küchenpapier trocken tupfen, zum Knoblauch in die Pfanne geben und 2-3 Min. braten. Garnelen mit Weißwein und Zitronensaft ablöschen, mit Salz und Pfeffer würzen und die Petersilie unterheben. Die Garnelen aus dem Sud heben und an den Rand jedes Röllchens je 1 Garnele hängen oder die Garnelen rund um die Röllchen anrichten. Die Röllchen servieren.