Rezept

Garnelenspieße mit Koriander

Ein Rezept von Garnelenspieße mit Koriander, am 01.06.2025

Zutaten

3	Bio-Zitronen
3 - 4	kleine rote Chilischoten
125 ml	Olivenöl
	Pfeffer
12	Holzspieße
6 Stängel	Koriandergrün
3	Knoblauchzehen
	Salz
36	große küchenfertige Garnelen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 12 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 340 kcal

Zubereitung

1. Die Zitronen heiß waschen, abtrocknen, die Schale abreiben und den Saft auspressen. Koriander waschen, trocken tupfen und fein hacken. Die Chilis waschen, putzen und halbieren. Samen und Trennwände entfernen, die Schoten fein würfeln.

2. Den Knoblauch schälen und zum Olivenöl pressen. Dann 6 TL Zitronenschale, 3 EL Zitronensaft, gehackten Koriander und gewürfelte Chili unterrühren und mit Salz, Pfeffer und dem restlichen Zitronensaft kräftig abschmecken.

3. Die Garnelen kalt abspülen und trocken tupfen. Je 3 Garnelen auf einen Spieß stecken und in die Marinade einlegen. Im Kühlschrank abgedeckt mind. 3 Std. durchziehen lassen.

4. Die Spieße aus der Marinade nehmen und portionsweise in einer heißen Pfanne 2 - 3 Min. kräftig anbraten. Die Marinade in die Pfanne gießen und die Garnelen darin einige Min. ziehen lassen.