

Rezept

Knoblauch-Garnelen

Ein Rezept von Knoblauch-Garnelen, am 24.01.2025

Zutaten

600 g Garnelenschwänze (ohne Kopf)	2 Knoblauchzehen
1 Bund Petersilie	200 g Kirschtomaten
3 EL Butter	1 Zweig Rosmarin
Salz	Pfeffer aus der Mühle

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 180 kcal

Zubereitung

1. Die Garnelenschwänze an der Bauchseite aufschneiden (Küchenschere!), den Panzer ablösen. Am Rücken entlang leicht einritzen und den dunklen Darm entfernen.

2. Backofen auf 200 Grad vorheizen (auch schon jetzt: Umluft 180 Grad). Knoblauch schälen, Petersilie waschen, beides hacken. Tomaten waschen und halbieren.

3. Die Butter in einer Pfanne zerlassen. Die Garnelenschwänze von beiden Seiten 1-2 Minuten anbraten. In eine feuerfeste Form umfüllen. Knoblauch, Tomaten und Kräuter unter die Garnelen mischen – ab in den Ofen. Mit der heißen Butter beträufeln und alles noch 8 Minuten braten.