

Rezept

Knusprige Garnelen mit Orangen-Mango-Chutney

Ein Rezept von Knusprige Garnelen mit Orangen-Mango-Chutney, am 12.09.2024

Zutaten

2 Orangen	1 frische rote Chilischote
1 rote Zwiebel	1 EL Olivenöl
50 ml Weißweinessig	100 g Zucker
1 reife Mango	1 EL fein gehackte Minze
12 rohe, ungeschälte Riesengarnelen	ca. 250 g Kateifi-Teigfäden (türkischer Feinkostladen)
Salz	Cayennepfeffer
ca. 400 ml Öl zum Frittieren	lange Holzspieße
Küchenpapier	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 470 kcal

Zubereitung

1. Für das Chutney die Orangen großzügig schälen, sodass auch die weiße Haut entfernt wird. Orangen in kleine Würfel schneiden. Chili waschen, putzen, entkernen und in feine Streifen schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln.
2. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebelwürfel und Chilistreifen darin anschwitzen, dann mit dem Essig ablöschen. Den Zucker und die Orangenwürfel untermischen. Alles bei mittlerer Hitze einkochen lassen, bis fast alle Flüssigkeit verdunstet ist.
3. Inzwischen die Mango schälen, Fruchtfleisch am Stein entlang herunterschneiden und würfeln. Mangowürfel und Minze unter die Orangenmischung rühren. Das Chutney in eine Schüssel oder ein Glas umfüllen und im Kühlschrank auskühlen lassen.
4. Für die knusprigen Garnelen die Riesengarnelen aus der Schale lösen, den Darm entfernen. Garnelen waschen, trocken tupfen und der Länge nach auf lange Holzspieße stecken (Step 1 und 2).
5. Den Backofen auf 170° (Umluft 150°) vorheizen. Riesengarnelen mit den Kateifi-Teigfäden gleichmäßig umwickeln (Step 3). Das Öl zum Frittieren erhitzen, bis an einem eingetauchten Holzstäbchen Bläschen aufsteigen. Garnelen im Kateifi-Mantel darin in ca. 30 Sek. goldbraun und knusprig frittieren (Step 4). Dann die Garnelen auf Küchenpapier abtropfen lassen, mit Salz und Cayennepfeffer würzen und in ca. 10 Min. im heißen Ofen (Mitte) fertig garen. Knusprige Garnelen mit dem Chutney zum Dippen servieren.