

Rezept

Lachs-Garnelen-Spiesse mit Orangen-Sabayon

Ein Rezept von Lachs-Garnelen-Spiesse mit Orangen-Sabayon, am 25.04.2024

Zutaten

200 g Lachsfilet	8 Riesengarnelen (ca. 180 g, küchenfertig geschält)
2 EL neutrales Pflanzenöl	1 Bio-Orange
1 kleine Knoblauchzehe	1 Zweig frische Minze
2 tagesfrische Eigelbe	Salz
Cayennepfeffer	Zucker
2 EL geschlagene Sahne	4 Holzspieße (20 cm)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 475 kcal

Zubereitung

1. Das Fischfilet kalt abwaschen, trocken tupfen und in 12 Würfel schneiden. Riesengarnelen am Rücken einritzen und den Darm entfernen. Die Garnelen kalt abwaschen und trocken tupfen. Die Spieße einölen und je 3 Fischwürfel und 2 Riesengarnelen aufstecken.
2. Die Orange heiß abwaschen und abtrocknen. Die Schale mit einem Zestenreißer abziehen, den Saft auspressen. Knoblauch schälen und fein hacken. Minze waschen, trocken schütteln und die Blätter fein schneiden. Die Eigelbe mit 3 EL Orangensaft in einer Metallschüssel verrühren.
3. Ein heißes Wasserbad vorbereiten. Das übrige Öl in einer Pfanne erhitzen und die Spieße darin bei mittlerer Hitze 2 Min. anbraten. Wenden und den Knoblauch und die Hälfte der Orangenzesten darüberstreuen, 2 Min. weiterbraten. Die Spieße salzen und mit Minze bestreuen.
4. Inzwischen die Eigelbmischung im Wasserbad mit dem Schneebesen in ca. 3 Min. schaumig aufschlagen. Mit Salz, Cayennepfeffer und 1 Prise Zucker würzen. Schlagsahne und übrige Orangenzesten unterrühren. Je 2 Spieße mit dem warmen Orangen-Sabayon auf vorgewärmten Tellern anrichten. Dazu schmecken blanchierte, in Butter geschwenkte Zuckerschoten und Reis.