Rezept

Marinierte Garnelen mit Kartoffeln

Ein Rezept von Marinierte Garnelen mit Kartoffeln, am 14.11.2026

Zutaten

300 g	geschälte Garnelen
2 EL	Zitronensaft
1 kg	vorwiegend fest kochende Kartoffeln
1 EL	Garam Masala
	1/4 TL Cayennepfeffer
2 EL	Öl
1 EL	Tomatenmark
2	Knoblauchzehen
3	Stängel Koriandergrün
1 Stück	frischer Ingwer (pflaumengroß)
1 TL	Currypulver
	1/2 TL gem. Kurkuma
4 EL	Sahne
	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 300 kcal

Zubereitung

1. Garnelen kalt waschen und abtrocknen. Knoblauch schälen und durch die Knoblauchpresse drücken. Mit Zitronensaft und den Garnelen in einer Schale mischen. 30 Min. abgedeckt kühl stellen, immer wieder durchrühren. Koriander waschen, trocknen und hacken.

2. Kartoffeln schälen und würfeln. Ingwer schälen und fein hacken. Im Wok oder in einer großen Pfanne alle Gewürze im Öl 2-3 Min. unter Rühren anbraten. Kartoffeln, Ingwer, Sahne und 6 EL Wasser zugeben und 10-15 Min. leicht kochen lassen. Hitze reduzieren, Tomatenmark unterrühren, dann Garnelen mit Marinade zufügen. Salzen, 1-2 Min. erhitzen, mit Koriandergrün bestreut servieren.