

Rezept

Rettich-Nudeln mit Garnelen

Ein Rezept von Rettich-Nudeln mit Garnelen, am 27.04.2024

Zutaten

400 g weißer Rettich	½ Salatgurke
1 Bund Koriandergrün	1 Stück Ingwer (ca. 2 cm lang)
75 g Kokosmilch	1 TL brauner Zucker
1 EL Limettensaft	½ TL Wasabipaste
Salz	350 g Garnelen (küchenfertig ohne Kopf, mit Schale)
1 Knoblauchzehe	1 EL Öl
½ Limette	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 350 kcal, 16 g F, 37 g EW, 11 g KH

Zubereitung

1. Rettich und Gurke putzen, schälen und beides mit einem Spiralschneider oder Sparschäler in feine, breite Streifen schneiden. Für das Dressing den Koriander waschen, trocken schütteln und mitsamt der feinen Stängel grob hacken. Den Ingwer schälen und in grobe Stücke schneiden. Koriander, Ingwer, Kokosmilch, Zucker, Limettensaft und Wasabipaste in einen Blitzhacker geben und fein pürieren. Das Dressing mit Salz abschmecken. Den Rettich und die Gurke mit dem Dressing in einer Schüssel vermischen.
2. Die Garnelen trocken tupfen. Die Knoblauchzehe schälen und in feine Scheiben schneiden. Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Garnelen unter Rühren bei mittlerer Hitze ca. 2 Min. darin braten. Den Knoblauch zugeben und weitere 3 Min. braten, dabei öfter umrühren. Salzen, pfeffern und abkühlen lassen.
3. Die Rettich-Nudeln auf Tellern anrichten und die Garnelen darauf verteilen. Die Limette halbieren oder vierteln und die Limettenspalten zum Beträufeln der Garnelen servieren.