

Rezept

Zitronengrassuppe mit Garnelen

Ein Rezept von Zitronengrassuppe mit Garnelen, am 16.09.2024

Zutaten

- | | |
|---|--|
| 6 rohe Riesengarnelen (ohne Kopf, frisch oder TK und aufgetaut, ca. 200 g) | 2 Stängel Zitronengras |
| 4 kleine grüne Thai-Chilischoten | 1 Stück frischer Galgant (ca. 5 cm, aus dem Asienladen) |
| 1 Dose ungesüßte Kokosmilch (400 ml Inhalt) | 4 Kaffir-Limettenblätter |
| 1-2 EL Limettensaft | 2 EL Fischsauce |
| | Korianderblättchen (nach Belieben) |

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 6 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 200 kcal, 15 g F, 9 g EW, 6 g KH

Zubereitung

- Garnelen so schälen, dass die Schwanzflosse erhalten bleibt. Jeweils am Rücken einschneiden und den schwarzen Darmfaden entfernen. Zitronengras von den äußeren harten Blättern befreien, das untere Drittel in Scheiben schneiden, den Rest mit dem Mörserstößel flach klopfen. Galgant, Chilischoten und Limettenblätter waschen. Galgant in feine Scheiben schneiden. Chilis flach klopfen. Limettenblätter am Rand mehrfach einreißen.
- Kokosmilch und 200 ml Wasser zum Kochen bringen. Zitronengras und Galgant hinzufügen und offen bei mittlerer Hitze 2 Min. kochen lassen. Garnelen, Limettenblätter und Chilis hinzufügen und bei schwacher Hitze 3 Min. ziehen lassen. Den Topf vom Herd nehmen und die Suppe mit Fischsauce und Limettensaft abschmecken.
- 6 Gläschen vorwärmen. Die Suppe durch ein feines Sieb in einen Topf oder Messbecher mit Ausgießer gießen. In jedes Gläschen eine Garnele stellen (Schwänzchen mit Küchenpapier abreiben) und mit der Suppe aufgießen. Nach Belieben mit Korianderblättchen garnieren.