

# Riesengarnelen mit Karottenpüree und Ingwersauce

**Zeit: 90 Minuten**

## Zutatenliste für 4 Portionen:

### **Für das Karottenpüree:**

- 700 g Karotten
- 2 EL Olivenöl
- 1 Vanillinzucker
- 150 ml Karottensaft
- 50 g Butter

### **Für die Garnelen:**

- 600 g Riesengarnelen (wenn möglich mariniert)
- Kräuterbutter wenn Garnelen nicht mariniert sind
- 4 EL Olivenöl od. Kräuterbutter

### **Für die Ingwersauce:**

- 2 Zwiebeln fein gewürfelt
- 2 EL Olivenöl
- 100 ml Sauvignon Blanc
- 500 ml Hühnerbrühe
- 1 Prise Chilisalز
- 40 g Ingwer fein gerieben
- 250 ml Schlagsahne
- 1 Spritzer Zitronensaft
- Salz, Pfeffer

## **Zubereitung:**

Wenn die Garnelen nicht mariniert sind, dann jetzt mit weicher Kräuterbutter einpinseln und beiseite stellen.

### **Karottenpüree:**

Die Karotten schälen und in feine Scheiben schneiden (hobeln). Diese in 2 EL Olivenöl und dem Vanillezucker bei kleiner Hitze dünsten. Mit dem Karottensaft ablöschen und zugedeckt etwa 20 Minuten weich kochen. Anschließend die Flüssigkeit abgießen und noch heiß mit der Butter pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### **Ingwersauce:**

Die Zwiebeln mit dem Olivenöl oder der Kräuterbutter weich dünsten, dann mit dem Weißwein ablöschen. Mit der Hühnerbrühe auffüllen und alles zusammen mit einer Prise Chilisalز auf etwa ein Drittel einkochen. Den Ingwer zusammen mit der Sahne zu der Sauce geben, alles nochmals 5 Minuten kochen lassen. Dann die Ingwersauce fein pürieren und mit etwas Zitronensaft, sowie Salz und Pfeffer abschmecken.

### **Garnelen:**

Zum Schluss die Garnelen in den restlichen 4 EL Olivenöl von beiden Seiten etwa 2–3 Minuten braten und nach Belieben mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Riesengarnelen auf dem Karottenpüree anrichten, mit der Kräuterbutter aus der Pfanne beträufeln und mit der aufgeschäumten Ingwersauce servieren.



*Guten Appetit.*