

Sommerliche Garnelen-Reis-Pfanne



Garnelen-Reis-Pfanne

Löffel hatte mich heute mit seinem Rezept zu [Kartoffel-Auberginen-Curry](#) angeregt, bei diesem warmen Wetter etwas sommerliches zu kochen. Also schaute ich in den Kühlschrank, um zu sehen, was denn noch vorrätig war und unbedingt bald verarbeitet und gegessen werden musste. Und dann jonglierte ich einige Produkte und Zutaten in meinem Kopf durcheinander, gab einiges hinzu, nahm anderes wieder weg und heraus kam dieses Rezept.

Fertiges Pesto aus dem Glas zu verwenden ist eigentlich verpönt, denn man kann es selbst schnell aus frischen Zutaten, Kräutern, Gewürzen und einem guten Olivenöl zubereiten. Aber da stand doch noch ein Glas Pesto – diesmal mit gegrilltem Gemüse – im Kühlschrank, das ich irgendwann bei Aldi Nord aus Bequemlichkeit mitgenommen hatte und nur noch einige Tage hielt, da schon geöffnet. Dieses Rezept ist aber so variabel,

dass jedes andere frische oder gekaufte Pesto – ganz nach Geschmack – dazu passt, also z.B. mit Spinat, Basilikum, Nüssen, Käse oder anderem. Einiges Gemüse musste auch verarbeitet werden, die Garnelenschwänze waren noch im Gefrierschrank, Reis ist eigentlich immer vorhanden und – ja, vor einigen Tagen hatte ich doch tatsächlich echten Büffelmozzarella bei Aldi Nord bekommen, den ich unbedingt ausprobieren wollte.

Das Gericht ist nicht sehr fotogen, was ich unumwunden eingestehe. Löffel, da hast Du ein besseres, weil fotogeneres Rezept gewählt. Das Rezept hat ja auch keinen direkten Protagonisten, der den Vorreiter spielt. Sondern es baut auf die Mischung von vier Akteuren: Garnelen, in Gemüsefond gegarter Reis, Pesto und Büffelmozzarella. Und die Zutaten harmonisieren wirklich hervorragend, das Ganze ruft am Schluss wirklich nach etwas Curry, Zitronensaft und ein wenig frischem Kraut, das alles zusammen dann einen ausgewogenen Geschmack ergibt. Und das Ganze ergibt dann eben leider ein kleines ... Gemenge.

Zutaten für 2 Personen:

- 250 g King-Prawns (Riesengarnelenschwänze), ca. 20 Stück
- 1 Tasse Basmatireis
- 3 Tassen Gemüsefond
- 3 Schalotten
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 grüner türkischer Paprika
- 1 Tomate
- 15 g frischer Ingwer
- 200 g Pesto
- evtl. etwas Gemüsefond
- $\frac{1}{2}$ TL Hot Madras Curry Powder

- $\frac{1}{4}$ Zitrone (Saft)
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl zum Sprayen

- 150 g Mozzarella di Bufala Campana DOP (italienischer Büffelmozzarella)
- Pinienkerne
- frisches Korianderkraut

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 30 Min. | Garzeit 30–40 Min.

Die Garnelenschwänze auftauen. Dann zuerst den Basmatireis im Gemüsefond garen. Der Reis zieht vermutlich den ganzen Gemüsefond auf.

Die Tomate kurz blanchieren, häuten, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch in kleinere Stücke schneiden. Schalotten, Lauchzwiebeln und Knoblauchzehen schälen und in dünne Scheiben schneiden. Paprika kleinschneiden. Frischen Ingwer in ganz kleine Stücke schneiden.

In eine große Pfanne Olivenöl sprayen und Schalotten, Lauchzwiebeln, Knoblauchzehen und Ingwer bei mittlerer Hitze glasig dünsten und ein wenig kross und braun anbraten. Dann herausnehmen. Nochmals etwas Olivenöl hineinsprayen und die aufgetauten Garnelenschwänze darin etwa 6–7 Minuten anbraten, bis sie rose und ein wenig braun angebraten sind. Das Gemüse wieder hineingeben, dann auch die Tomate und den Paprika hinzugeben und alles einige Minuten köcheln lassen. Den gekochten Reis und das Pesto dazugeben und alles gut vermischen. Ist das Ganze zu trocken, ein wenig Gemüsefond hinzugeben. Mit dem Curry würzen und dem Zitronensaft beträufeln. Noch einige Minuten bei geringer Temperatur köcheln und gut umrühren.

Frishes Koriander kleinwiegen und den Büffelmozzarella kleinrupfen. Den Büffelmozzarella nur über das Gericht zu

verteilen, wäre zu wenig. Daher Büffelmozzarella, Korianderkraut und eine kleine Portion Pinienkerne unter das Gericht mischen. In tiefen Pastatellern, Auflaufformen oder auch Schalen servieren und mit Salz und Pfeffer nochmals abschmecken.