

Nur bei LandesWelle: Bei Bender brutzelt's

ALBOTH'S Gebratene Riesengarnelen auf Tomaten-Mango-Chutney

Schritt 1:

2	st	Schalotten	pellen und in feine Streifen schneiden, schälen und in kleine Würfel schneiden, schälen und reiben, längs halbieren, die Kerne entfernen und in Streifen schneiden, abziehen.
1/8	st	Mango	
1/8	st	Ingwerknolle	
1/2	st	Chilischote	
12	st	Kirschtomaten	Schalotten in anschwitzen,
	etwas	Olivenöl Tomate, Mango, Ingwer Chili	
1	el	braunem Zucker	und dazugeben. Anschließend mit leicht karamellisieren. Ablöschen mit anschließend 5 Min. leicht köcheln lassen.
3	el	weißem Balsamessig	
		Salz/Pfeffer Basilikum.	Vor dem Servieren die abgezogenen Kirschtomaten dazugeben und die Butterwürfel in das Chutney rühren. Würzen mit und fein geschnittenem

Schritt 2:

6	st	Riesengarnelen	von der Schale befreien und den Darm entfernen.
		Etwas Butter	in einer Pfanne erhitzen, anschließend dazugeben und die Garnelen auf ein Backblech geben und im Ofen bei 220° ca. 5 Min. fertig garen.



Nur bei LandesWelle: Bei Bender brutzelt's

Schritt 3:

Das Chutney auf einem tiefen Teller anrichten und die gebratenen Garnelen auf das Chutney setzen.

Der Profitipp von Claus Alboth:

Verwenden Sie, wenn möglich eine Thai-Mango anstatt einer gewöhnlichen Mango. Diese ist wesentlich süßer und besitzt keine Fasern.

Die Riesengarnelen sollen deshalb in einem Mix aus Olivenöl und Butter erhitzt werden, weil ansonsten die ganzen Inhaltsstoffe kaputtgehen und der Geschmack bitter wird.

„Bei Bender brutzelt's“ wird präsentiert von:

ALBOTH'S Restaurant im Kaisersaal, Erfurt – www.alboths.de



LandesWelle
THÜRINGEN