SOMMERLICHES CREVETTEN POTPOURRI

AUF COUSCOUS MIT GRILLIERTER WASSERMELONE

Dyhrberg
Erste Lachsräucherei der Schweiz

ZUBEREITUNG

Crevetten unter fliessend kaltem Wasser auftauen, trockentupfen und mit Sojasauce, Sesamöl, wenig Limettenabrieb (Abrieb der Schale) und oder Saft, ca. 2 EL Chilisauce marinieren und ca. 1-2 Std. im Kühlschrank ziehen lassen. Wer mag, kann auch noch wenig geraffelten Ingwer dazugeben.

Kefen in kochendem und gesalzenem Wasser vorblanchieren.

Pfirsiche entsteinen, vierteln und grob in Scheiben schneiden, Fenchel halbieren, Strunk entfernen, in feine Streifen (inkl. Grünteil) schneiden, Bundzwiebeln halbieren, Zwiebel grob in Scheiben schneiden, grüner Teil in Ringe, Cherry Tomaten vierteln, Minzblätter hacken, Peterli hacken, Wassermelone vierteln und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden (wenn möglich mit Schale).

Couscous gemäss Angaben auf der Verpackung vorbereiten und warm stellen.

Marinierte Crevetten und Melonenscheiben ca. 20 min vor dem grillieren aus dem Kühlschrank nehmen, danach beides auf dem vorgeheizten Grill je ca. 4 min auf jeder Seite grillieren.

Haushaltsbratpfanne mit Olivenöl auf dem Grill erwärmen und den Fenchel kurz anziehen, Kefen, Pfirsiche, Granatapfelkerne sowie das weisse der Zwiebeln und 2/3 der grünen Zwiebelringe mitdünsten.

Crevetten nach dem grillieren in die Pfanne geben und noch einmal gut durchmischen, mit Chilisauce süss/sauer, Salz oder Sojasauce und Pfeffer abschmecken und warmstellen.

Couscous mit den Tomatenwürfel, Minze und Peterli vermengen, mit Salz/Pfeffer und einigen Spritzern Limettensaft abschmecken und in der Tellermitte anrichten.

Crevettenpotpourri auf Couscous anrichten, mit grünen Zwiebelringli ausgarnieren, grillierte Melonenscheibe auf der Seite mitanrichten oder separat servieren.

EN GUETE

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ☐ 20 Stk «Black-Tiger» Crevetten 16/20 (ca. 20-30 g schwer) ASC oder Bio zertifiziert, geschält, ohne Kopf
- ☐ 1 kleiner Fenchel mit Grün
- ☐ 2 Pfirsiche normal oder Flachpfirsiche
- ☐ 2 Bundzwiebeln mit Grün
- ☐ ca. 200 g Kefen, roh
- ☐ 1 Schale Granatapfelkerne
- ☐ 1 kleine Wassermelone
- ☐ ca. 100 g Cherry-Tomaten
- ☐ 1 Bündchen Minze
- ☐ 1 Bündchen Peterli
- ☐ 2 Limetten
- ☐ Chilisauce süss/sauer
- ☐ Sojasauce, Sesamöl
- ☐ Olivenöl, Salz und Pfeffer
- ☐ 1 Pack Couscous