

Knoblauchgarnelen mit Tomatensauce



Knoblauchgarnelen mit Tomatensauce

Zutaten: (für 2 Personen)



ca. 30 Garnelen
(King Prawns)
mit Schwänzchen
(tiefgekühlt, gekocht und
entdärmt)
1 Knoblauchknolle
ca. 1/2 - 3/4 Tasse Olivenöl
Salz und Pfeffer
1 Teelöffel Peperoncini
(getrocknete, zerriebene
Peperonischoten)
1/2 Bund glatte Petersilie
2 Peperonischoten
Sambal Oelek

Zutaten für die Sauce:

5 mittelgroße Tomaten
1 kleine Dose Tomaten
3 - 4 Knoblauchzehen
2 Schalotten
2 Peperonischoten (grün oder rot)
3 Lorbeerblätter
1 EBl. Tomatenmark
Olivenöl

Salz
Paprikapulver (edelsüß)
2 - 3 Spritzer Tabasco
Pfeffer
1 Prise Zucker
1 EBl. Sojasauce
1 EBl. Ketjap Manis
1/2 Bund Petersilie
Sambal Oelek

Zubereitung

Garnelen:



Prüfen, ob Darm wirklich vollständig entfernt ist, dann Garnelen waschen und trockentupfen und in eine verschließbare Schüssel legen.

Ca. 5 Knoblauchzehen in Scheiben schneiden und mit dem Öl und den angegebenen Gewürzen (außer Petersilie) untereinanderrühren.



Das Gewürzöl über die Garnelen geben, so dass alles gut bedeckt ist und die Garnelen in der verschlossenen Schüssel am besten über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen.

Kurz vor dem Servieren die Garnelen aus dem Öl

herausnehmen (ohne Knoblauchscheiben, die würden in der heißen Pfanne verbrennen) und in der heißen Pfanne von beiden Seiten scharf anbraten (ca. 2 – 3 Minuten).
 Zusätzliches Öl ist nicht nötig.
 Danach die Garnelen warmstellen.



Je nach Geschmack 5 – 6 frische Knoblauchzehen durch die Knoblauchpresse geben, Peperoni entkernen und in Streifen und dann in kleine Stücke schneiden.
 Knoblauch und Peperoni bei geringer Hitze mit dem zum Einlegen verwendeten Öl anbraten, bis der Knoblauch etwas Farbe annimmt (aber nur hellbraun). Nach Geschmack eine Messerspitze Sambal Oelek unterrühren!
 Nach einigen Minuten die warmgestellten Garnelen dazugeben. Abschließend mit der kleingehackten Petersilie bestreuen.



Sauce:



Schalotten und Peperonischoten in kleine Würfel schneiden.
 Knoblauchzehen durch die Knoblauchpresse geben und mit den Schalotten- und Peperoniwürfeln im Olivenöl anbraten. Mit dem Tomatensaft aus der Dose ablöschen.



Die frischen Tomaten enthäuten, entkernen und in kleine Würfel schneiden, die Tomaten aus der Dose ebenfalls in kleine Stücke schneiden.
 Die Tomatenstücke dazugeben und ca. 1 Eßl. Tomatenmark unterrühren.



Die Lorbeerblätter und die Gewürze, Sojasauce und Ketjap Manis hinzufügen. Ca. 20 Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen, die Lorbeerblätter wieder herausfischen. Zum Schluß die kleingehackte Petersilie darübergerben.

Servieren:



Dazu schmeckt am besten Baguette und ein kühler Weißwein.

Guten Appetit !

Dazu schmeckt am besten Baguette und e