
SCHARFE GARNELE & CURRY GEMÜSE

Die Zutaten.

Für 4 Personen

Die Garnelen.

12 Stück Steingarnelen, 1 Chilischote, Oliven zum Braten

Das Gemüse.

3 Karotten, 3 Staudensellerie, 2 Gelbe Rüben, 200 g Keimlinge, 1/16 lt. Austernsauce, 1/16 lt. Sojasauce, 1/16 lt. Chilisaucе, Curry

Die Zubereitung.

Die Steingarnelen halbieren und den Darm entfernen und mit Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Garnelen einlegen. Die Chilischote mitbraten.

Gemüse schälen und in gleich große Stücke schneiden. In Öl ansautieren und mit Sojasauce und Austernsauce ablöschen. Dann mit Chilisaucе, Curry, Salz sowie Pfeffer aus der Mühle würzen. Die Keimlinge waschen und auf dem Gemüse anrichten.