

Garnelen-Tatar und gebratene Garnele an Curryschaumsüppchen mit Kokosnuss

Von: Beate Rothärmel
Portionen: 4 Personen

Zubereitungszeit: 60 Min.
Zzgl. Trockenzeit

Zubereitung

Apfel schälen und klein würfeln, Zwiebel und Zitronengras ebenfalls klein schneiden. Alles zusammen kurz andünsten, mit Kokosmilch und Geflügelfond ablöschen und aufkochen lassen. Die Curry Paste und Ahornsirup dazugeben und alles ca. 20 Minuten köcheln lassen. Danach alles fein pürieren und durch ein Sieb passieren. Abschmecken mit Salz.

Garnelen fein würfeln und mit Abrieb von der Limette, Meersalz, und Olivenöl abschmecken. 8 Garnelen, jeweils 2 Stück mit einem angeschlagenen Zitronengrasstil braten.

Kokosraspeln in einer trockenen Pfanne leicht rösten. Kokosnuss fein reiben und die Scheiben bei 70 °C ca. 3-4 Stunden trocknen lassen.

Je 4 Spitzen von grünem Spargel und Mini-Mais kurz abkochen und als Einlage zur Suppe geben. Mit Dill und Kräutern garnieren.

Einkaufsliste

Zutaten Curry Suppe

8 Garnelen
600ml Geflügelbrühe
400ml Kokosmilch
1 Apfel
½ Zwiebel
100-150g gelbe Curry Paste
(je nach Schärfewunsch)
20ml Ahornsirup
Meersalz, 1 Stange
Zitronengras
Grüner Spargel
Mini-Mais
Dill, Kräuter
Kokosraspeln

Zutaten Garnelentatar

8 Garnelen
1 Limette
Meersalz, Pfeffer aus der Mühle, Olivenöl