

Rezepturen

(Rezepturen für jeweils 4-6 Personen)

EXOTISCHER SHRIMP-EINTOPF VOM GRILL

Zutaten:

1 St.	Baby-Ananas
2 St.	Mittelgrosse Möhren
½ Stange	Lauch
100 gr	Zuckerschoten
1 St.	Frischer Ingwer
1	Chilischote
Je 1	Bio-Zitrone und Bio Limette nur die Zesten
300 ml	Fischfond
300 ml	Kokosmilch, ungesüsst
8 St.	Riesenshrimps

ZUBEREITUNG:

Die Ananas schälen, den Strunk entfernen und das Fruchtfleisch würfeln. Die Möhren putzen und schälen. Den Lauch längs einschneiden und gründlich waschen. Die Zuckerschoten putzen und waschen. Alle Gemüse in Streifen bzw. Scheiben schneiden. Den Ingwer schälen und fein reiben, die Chilischote halbieren, Kerne entfernen, die Hälften waschen und in feine Streifen schneiden.

Das Gemüse, den Ingwer, die Chilischote und die Zitronen- und Limettenezesten auf zwei Aluschalen verteilen. Je die Hälfte von Fischfond und Kokosmilch dazugeben und die Schalen auf den Grill stellen. Die Gemüse bei direkter mittlerer Hitze ca. 10 Minuten mit Deckel sieden lassen, mit Pfeffer würzen. Die Shrimps waschen und den Darm entfernen. Wenn der Sud heiss ist, die Shrimp und die Ananaswürfel dazugeben und 6-8 Minuten gar ziehen lassen. Erst zum Schluss mit Salz würzen und mit der Kresse garnieren.