Riesengarnelen mit Pastis & Tomaten

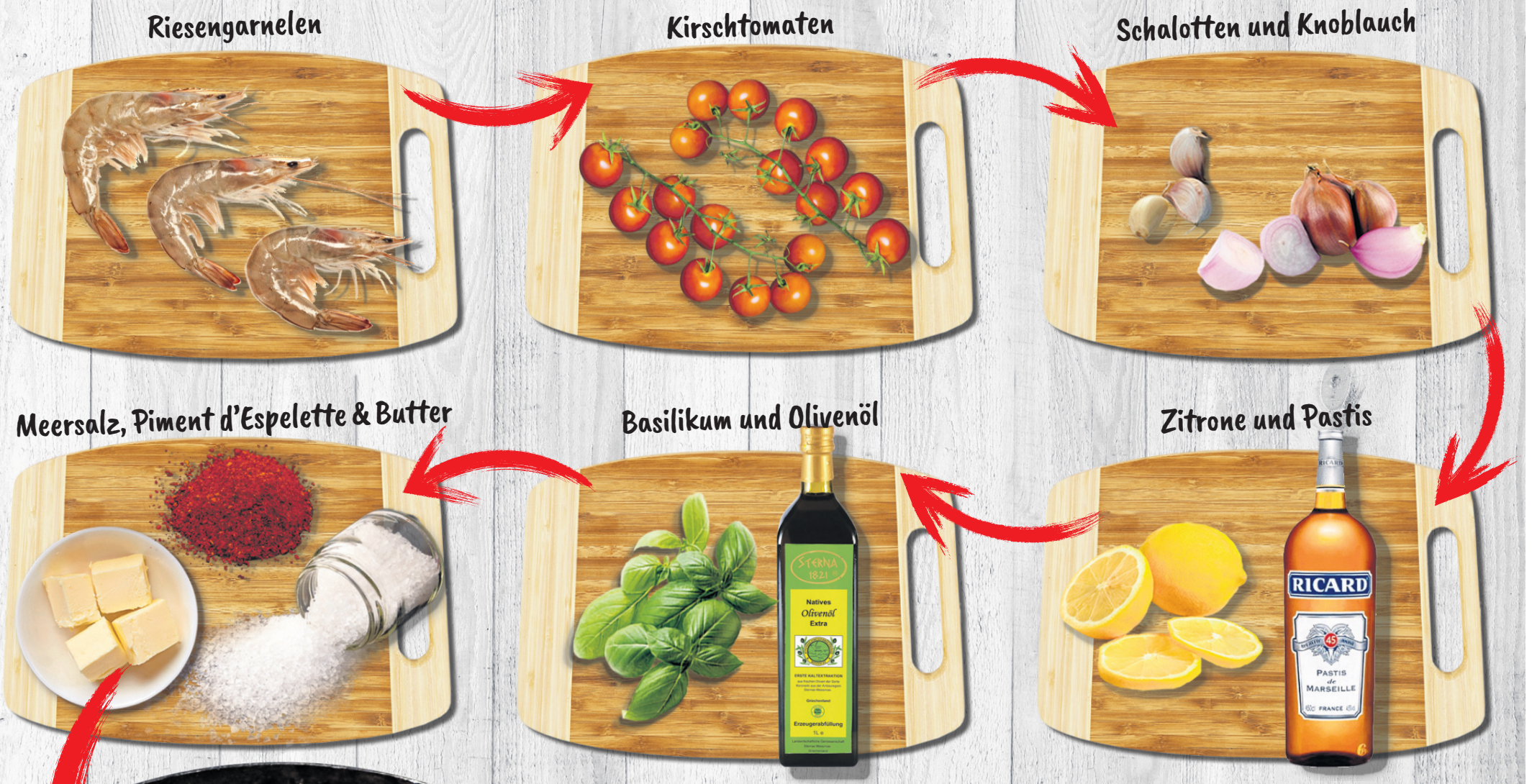
Präsentiert von:
Handelshof
Der Frische-Profi
Genuss
Rezept der Woche



In diesen Tagen müssen wir uns eben an die Sehnsuchtsorte träumen. Paris, die romantische Metropole an der Seine zum Beispiel. Ein Spaziergang durch das belebte Montmartre, ein romantisches Picknick unter dem Eiffelturm, lecker schlemmen in einem kleinen Bistro – geht gerade nicht. Aber dann kochen wir doch französisch. Dieses delikate und einfache Rezept stammt aus dem schönen Kochbuch „Verliebt in Paris“ (Hölker Verlag, 30 Euro) und schmeckt einfach herrlich mit einem frischen Baguette.

Zutaten **Portionen: 4**

- 750 g Riesengarnelen
- 200 g Kirschtomaten
- 1 Schalotte und 2 Knoblauchzehen
- 1 Bio-Zitrone
- 2 Stängel Basilikum
- 6 EL Olivenöl, etwas Meersalz und Piment d’Espelette
- 3 EL Pastis
- 1 EL Butter



Zubereitung: So wird’s gemacht

- Die **Garnelen** kalt abspülen, trocken tupfen, bis auf das letzte Glied schälen und vom Darm befreien.
- Die **Kirschtomaten** halbieren. Die Schalotte und die Knoblauchzehen schälen und in sehr feine Scheiben schneiden.
- Die **Bio-Zitrone** heiß abspülen, trocken tupfen und in Scheiben schneiden. Den **Basilikum** abbrausen, trocken tupfen, die Blättchen abzupfen und grob hacken.
- In einer sehr weiten Pfanne (alternativ lieber zwei Pfannen nehmen, wenn man keine sehr große Pfanne hat) das **Olivenöl** erhitzen.
- **Schalotte und Knoblauchscheiben** darin kurz andünsten. Dann die Temperatur erhöhen, die **Garnelen** und die **Zitronenscheiben** hinzugeben und bei großer Hitze das Ganze zwei bis drei Minuten rundherum anbraten.
- Mit dem **Pastis** ablöschen, **Kirschtomaten** und **Butter** zugeben und unter Schwenken zwei bis drei Minuten nochmal kräftig weiterbraten.
- Mit **Meersalz** und **Piment d’Espelette** (ein spezielles Chilipulver aus dem französischen Baskenland, wer den partout nicht bekommt, kann auch **Piementon de la Vera** oder zur Not auch **Cayennepfeffer** nehmen) würzen.
- Anschließend die **Basilikumblätter** unter das Gericht mischen und sofort servieren. Die Soße genüsslich mit Baguette auftunken.

Das Küchen-Lexikon

Anis-Drink zum Appetit-Anregen

Das Wort Pastis kommt aus der Provence und bedeutet „Mischung“. Die Anis-Spirituose aus Frankreich enthält 40 bis 45 Volumenprozent Alkohol. Heute wird meist neben französischem Anis auch der aus Asien stammende Sternanis verwendet. Weitere Zutaten sind Zucker, Fenchelsamen, Süßholzwurzeln, andere Kräuter wie Thymian, Salbei, Beifuß, Bohnenkraut, Kreuzkümmel und Tausendgüldenkraut. Pastis ist vor allem im Süden Frankreichs verbreitet, dort wurde er um 1915 von Bauern als Ersatz für den verbotenen Absinth hergestellt. Auch Pastis war bis 1922 verboten. Getrunken wird er mit (Eis-)Wasser (fünf bis sechs Teile Wasser auf einen Teil Pastis), im Glas wechselt er dann seine Farbe von durchsichtig zu milchig-gelblich (Foto) – weil die im Alkohol gelösten ätherischen Öle plötzlich unlöslich werden. Man kann Pastis auch mit Cola, Bitter Lemon, Champagner oder O-Saft genießen.



Fotos: Hölker Verlag/ Julia Hoersch, iStockphoto/Getty, hersteller