

Garnelenschwänze mit Tomaten-Reis in Rosmarin-Weißweinsauce



Sehr schmackhaft und aromatisch

Dies ist ein wirklich sehr schmackhaftes, aromatisches Gericht mit Meeresfrüchten.

Da mir neulich der Reis mit den Cherry-Dattel-Tomaten gut gelungen ist und mir gut geschmeckt hat, bereite ich ihn wieder als Beilage zu diesem Gericht zu.

Zutaten für 2 Personen:

- 450 g Garnelenschwänze
- 2 große Zweige Rosmarin
- trockener Weißwein
- Salz
- Pfeffer
- Butter
- 1 Tasse Reis
- 12 Cherry-Dattel-Tomaten

Zubereitungszeit: 10 Min.

Blättchen von den Rosmarin-Zweigen zupfen und kleinwiegen.

Tomaten grob zerkleinern. 2 Tassen Wasser in einem kleinen Topf erhitzen. Reis und Tomaten hinzugeben und zugedeckt 5 Minuten garen. Dann nur noch 5 Minuten ziehen lassen.

Währenddessen Butter in einem Topf erhitzen. Zuerst Rosmarin hineingeben und kurz anbraten. Dann Garnelenschwänze hineingeben und mit anbraten. Mit einem sehr großen Schuss Weißwein ablöschen. Salzen und pfeffern. Sauce auf etwa ein Drittel der Flüssigkeit reduzieren. Abschmecken.

Tomaten-Reis auf dem Boden zweier tiefer Teller verteilen. Garnelen jeweils in der Mitte der Teller aufhäufen. Sauce außen um die Garnelen herum auf den Reis geben. Servieren.

Fischbällchen mit Pommes frites



„Fish'n'Chips“

„Fish'n'Chips“ auf andere Weise, als man es aus England kennt.

Zwar fertige Produkte, aber zumindest die Fischbällchen habe ich vor einiger Zeit selbst frisch zubereitet und eingefroren. Ich habe sie aufgetaut und einfach in Fett in der Friteuse frittiert.

Der Einfachheit halber gibt es Pommes frites dazu, die ich auch frittiere.

Mein Rat: Wenn die Fischbällchen an der Oberfläche des siedenden Fetts schwimmen und fast kein Wasser mehr verdampft, sind sie gar.

Zutaten für 1 Person:

- 14-15 Fischbällchen
- Pommes frites

Zubereitungszeit: 10 Min.

Fett in der Friteuse auf 180 Grad Celsius erhitzen.

Fischbällchen im Fett etwa 4–5 Minuten frittieren. Auf einen Teller geben und warmhalten.

Pommes in das siedende Fett geben und 4–5 Minuten frittieren. Auf den Teller zu den Fischbällchen geben und salzen. Alles servieren.

Fischbällchen mit Chinakohl



In Schale und mit Stäbchen angerichtet

Ich bereite diesmal Fischbällchen asiatisch zu.

Dazu verwende ich auch Chinakohl, mit dem ich immer gern koche.

Die verwendete Shrimps-Sauce ist zwar eher für Meeresfrüchte, aber man kann sie auch mit Fisch verwenden.

Mein Rat: Da das Gericht asiatisch zubereitet wird, mit

Stäbchen servieren.

Ich habe Fischbällchen vor einigen Tagen für eine Fischsuppe zubereitet. Der Übersicht halber liste ich das Rezept aber noch einmal auf.

Mein Rat: Nicht verwendete Fischbällchen für weitere Zubereitungen einfrieren.

Zutaten für 1 Person:

Für etwa 30 Fischbällchen:

- 150 g Lachs
- 1 Seelachsfilet
- 100 g Garnelenschwänze
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1–2 Eier
- 3–4 EL [Semmelbrösel](#)
- $\frac{1}{2}$ TL Dill
- Salz
- weißer Pfeffer

- 2 Chinakohlblätter
- 1 Tasse Basmatireis
- 50 ml scharfe Shrimps-Sauce
- 50 ml [Fischfond](#)
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 40 Min. | Garzeit 10 Min.

Für die Fischbällchen:

Lachs und Seelachs grob zerkleinern. Fisch und Garnelenschwänze durch den Fleischwolf in eine Schüssel geben.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. In die Schüssel geben. Ei dazugeben. Semmelbrösel hinzugeben. Ebenfalls Dill. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Alles gut

verrühren. Eine halbe Stunde ziehen lassen, damit die Semmelbrösel etwas quellen.

Mit zwei Teelöffeln oder mit den Händen kleine Fischbällchen aus der Fischmasse formen.

7–8 Fischbällchen für die weitere Zubereitung verwenden. Die restlichen einfrieren.

Reis nach Anleitung zubereiten.

Währenddessen Chinakohl quer in Streifen schneiden.

Öl in einem Wok erhitzen und Fischbällchen darin 4–5 Minuten kräftig anbraten. Chinakohl dazugeben und einige Minuten pfannenrühren. Shrimps-Sauce dazugeben. Dann Fond dazugeben. Verrühren und kurz köcheln lassen.

Reis in einer Schale anrichten, Fischbällchen-Chinakohl-Mischung darüber geben und servieren.

Fischsuppe



Der Fond war etwas trübe zubereitet

Ich bereite die Fischsuppe aus selbst zubereitetem Fischfond zu. Für den Fisch verwende ich Lachs, Seelachs und Garnelenschwänze.

Ich gebe Fisch und Meeresfrüchte durch den Fleischwolf und bereite Fischbällchen zu, die ich im Fischfond gare. Verfeinert mit Schalotte und Knoblauch. Und natürlich etwas Dill. Ei(er) sorgen für Bindung. Selbst hergestellte Semmelbrösel sorgen für etwas Kompaktheit.

Mein Rat: Fischbällchen im Fond nur ziehen lassen.

Den restlichen Teil der Fischbällchen für eine weitere Zubereitung einfrieren.

Noch ein Rat: Suppe vor dem Servieren mit einem Klacks Sahne garnieren.

Zutaten für 1 Person:

Für etwa 30 Fischbällchen:

- 150 g Lachs
- 1 Seelachsfilet
- 100 g Garnelenschwänze
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1–2 Eier
- 3–4 EL [Semmelbrösel](#)
- $\frac{1}{2}$ TL Dill
- Salz
- weißer Pfeffer

Für die Suppe:

- 300 ml [Fischfond](#)
- Sahne

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 40 Min. | Garzeit 10 Min.

Lachs und Seelachs grob zerkleinern. Fisch und Garnelenschwänze durch den Fleischwolf in eine Schüssel geben.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. In die Schüssel geben. Ei dazugeben. Semmelbrösel hinzugeben. Ebenfalls Dill. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Alles gut verrühren. Eine halbe Stunde ziehen lassen, damit die Semmelbrösel etwas quellen.

Fischfond in einem kleinen Topf erhitzen.

Mit zwei Teelöffeln oder mit den Händen kleine Fischbällchen aus der Fischmasse formen. 8–10 Fischbällchen in den nur noch siedenden Fond geben. Zugedeckt 10 Minuten ziehen lassen. Fond abschmecken.

Suppe in einen tiefen Teller geben, mit einem Klacks Sahne garnieren und servieren.

Garnelenschwänze in Tomaten-Sauce mit Reis



Sehr viel Sauce

Meeresfrüchte. Genauer Garnelenschwänze. In einer schmackhaften Tomaten-Sauce.

Ich brate die Garnelenschwänze separat an und flambiere sie mit Gin.



Garnelen beim Flambieren

Die Sauce bereite ich aus Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel zu. Für etwas Schärfe sorgt eine Peperoni. Und Tomaten. Dazu Tomatenmark. Und Weißwein und selbst zubereiteter Gemüfefond. Verfeinert mit Rosmarin. Für etwas Farbe hebe ich vor dem Servieren noch Petersilie unter.

Dazu gibt es als Beilage Reis.

Das Ganze ergibt ein schmackhaftes Gericht mit wirklich viel Sauce.

Zutaten für 1 Person:

- 100 g Garnelenschwänze
- 1 Tasse Reis
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 1 grüne Peperoni
- 2 Tomaten
- 1 TL Tomatenmark

- trockener Weißwein
- 100 ml [Gemüsefond](#)
- $\frac{1}{4}$ Zitrone (Saft)
- 2 Zweige Rosmarin
- etwas Petersilie
- 4 cl Ungava-Gin
- Butter
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 30 Min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel und Peperoni putzen und in Ringe schneiden. Strunk der Tomaten entfernen und Tomaten kleinschneiden. Blättchen vom Rosmarin abzupfen und kleinwiegen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Garnelenschwänze darin anbraten. Gin dazugeben und flambieren. Beiseite stellen.

Butter in einem kleinen Topf erhitzen und Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel darin abraten. Tomatenmark dazugeben und mit anbraten. Es sollen sich deutliche Röststoffe bilden. Peperoni und Tomaten dazugeben. Mit einem Schuss Weißwein ablöschen. Fond dazugeben. Röststoffe mit dem Kochlöffel vom Topfboden ablösen. Rosmarin dazugeben. Zugedeckt bei geringer Temperatur 20 Minuten köcheln lassen. Dann unzugedeckt bei mittlerer Temperatur 10 Minuten reduzieren. Zitronensaft dazugeben. Sauce abschmecken. Kleingeschittene Petersilie dazugeben und untermischen. Garnelen mit Gin dazugeben und etwas erhitzen.

Währenddessen Reis nach Anleitung zubereiten.

Reis in einen tiefen Teller geben und Garnelen mit viel Sauce darüber verteilen. Servieren.