



Salatschiffchen mit Garnelen Larb-Style

mit Sushireis, Erdnüssen und Gurken



ca. 25min



2 Personen

Larb ist ein Fleischsalat aus Laos, der zusammen mit Papaya und Reis serviert wird. Unsere Version steht dem Original in nichts nach: Die Salatschiffchen werden mit Sushireis gefüllt und mit knackigen Erdnüssen und saftigen Garnelen, die in Sweet-Chili-Sauce gebraten werden, belegt. Dazu gibt es eingelegte Gurken und spritzige Limetten. Ein Genuss der Extraklasse direkt auf deinen Tisch. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 150g Sushireis
- 1 Gurke
- 1 Pck. Romanasalat
- 50g Erdnüsse, geröstet & gesalzen ²
- 1 unbehandelte Limette
- 2 Pck. ASC-Garnelen, aufgetaut ¹
- 50ml Sweet-Chili-Sauce
- 1 Knoblauchzehe

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- kleiner Topf mit Deckel
- Wok oder große Pfanne
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Krebstiere (1), Erdnüsse (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 781kcal, Fett 29.6g, Kohlenhydrate 86.4g, Eiweiß 41.7g



1. Reis kochen

In einem kleinen Topf 300ml leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Den **Reis** in einem Sieb kalt abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das Wasser kocht, den **Reis** hineingeben und abgedeckt bei niedrigster Hitze 18-20Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen.



4. Garnelen braten

Die **Garnelen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen. 1 Knoblauchzehe schälen und fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken. Beides mit der **Sweet-Chili-Sauce** in einem Wok oder einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei starker Hitze 3-4Min. braten, bis die **Garnelen** gar und rosa sind.



2. Gurke einlegen

½TL Zucker und 1 Prise Salz in 1EL hellem Essig auflösen. Die **Gurke** längs halbieren und die Kerne mit einem Löffel herauschaben. Die **Gurke** in dünne Scheiben schneiden, mit dem Essigsud vermengen und beiseitestellen.



5. Fertigstellen & servieren

Die **Salatblätter** mit **Reis** füllen und mit den **Garnelen** und den **Erdnüssen** belegen. Etwas **Limettensaft** darüber auspressen und mit den **Gurken** anrichten und servieren.



3. Zutaten vorbereiten

Den **Salat** vom Strunk befreien und in einzelne Blätter zerteilen. Die **Erdnüsse** mit einem Nudelholz oder einem schweren Topf zerdrücken. (**Tipp:** Dazu ein Loch in der Packung der **Erdnüsse** stechen und sie in ein Küchentuch wickeln: So fliegen keine Erdnuss-Stücke durch die Küche.) Die **Limette** in Spalten schneiden.



6. Segel setzen

Familie oder Freunde am Tisch zu haben, ist schon etwas Besonderes. Jeder kann sich sein eigenes Salatschiffchen zubereiten – ganz nach den eigenen Wünschen. Aber nicht alle Garnelen ins eigene Boot setzen – schließlich sollen alle was davon haben!