



## Salatschiffchen mit Garnelen Larb-Style

mit Sushireis, Erdnüssen und Gurken



ca. 30min



3-4 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

- 300g Sushireis
- 2 Gurken
- 2 Pck. Romanasalat
- 100g Erdnüsse, geröstet & gesalzen <sup>2</sup>
- 2 unbehandelte Limetten
- 4 Pck. ASC-Garnelen, aufgetaut <sup>1</sup>
- 100ml Sweet-Chili-Sauce
- 2 Knoblauchzehen

## Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- mittelgroßer 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 748kcal, Fett 25.9g, Kohlenhydrate 86.4g, Eiweiß 41.7g



### 1. Reis kochen

In einem mittelgroßen Topf 600ml 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. 2 Knoblauchzehen trocken tupfen. 2 Knoblauchzehen schälen und fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken. Beides mit der **Sweet-Chili-Sauce** in einem Wok oder einer großen Pfanne mit 3EL Pflanzenöl bei starker Hitze 3-4Min. braten, bis die **Garnelen** gar und rosa sind.



### 2. Gurken einlegen

1TL Zucker und ½TL Salz in 2EL hellem Essig auflösen. Die **Gurken** längs halbieren und die Kerne mit einem Löffel herausschaben. Die **Gurken** 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 **Limetten** 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!