MARLEY SPOON



Garnelensandwich mit Spinat und Gurke

dazu Süßkartoffelpommes

ca. 35min 2 Portionen

Oh là là! Eine elegante Erscheinung ist das Sandwich mit den hübsch pinken Garnelen ja schon ... Aber was steckt hinter der adretten Fassade? Ein frisch-pikantes Fundament aus Gurkenscheiben in cremigem Meerrettichdressing, gefolgt von zartem Babyspinat? Alle Achtung! Und was gibt's dazu? Goldene, knusprige Karotten- und Süßkartoffelpommes mit Srirachadip – solide Baupfeiler für ein schmackhaftes Gesamtpaket. Makellos!

Was du von uns bekommst

- 1 Süßkartoffel
- 2 Karotten
- 1 Stück Meerrettichwurzel
- 1 Gurke
- 50g Babyspinat (ungewaschen)
- 1 Pck. Sriracha-Sauce
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Hotdogbrötchen [3,4,5]
- 1 Pck. ASC-Garnelen, aufgetaut [1]

Was du zu Hause benötigst

- 3EL Mayonnaise [2]
- 1½EL Butter [4]
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne
- Sparschäler
- Küchenreibe
- Sieb

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

Allergene
Enthält: **Krebstiere** (1), **Eier** (2), **Gluten** (3), **Milch** (4), **Sojabohnen** (5).

Nährwertangaben pro Portion
Energie 711kcal, Fett 38.0g, Kohlenhydrate 65.0g, Eiweiß 24.0g



1. Gemüse backen

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Süßkartoffel und die Karotten samt Schale** längs halbieren und in pommesartige Streifen schneiden. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1EL Pflanzenöl und je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen. Das **Gemüse** im Ofen in 20–25Min. knusprig und goldbraun backen.



2. Gurke vorbereiten

Die **½ des Meerrettichs** schälen und fein reiben, dann **nach Geschmack** mit 1EL Mayonnaise und 1TL hellem Essig verrühren und das **Dressing** mit Salz abschmecken. Die **Gurke** in dünne Scheiben schneiden. Die **Gurke** und das **Dressing** bis zum Servieren separat beiseitestellen.



3. Spinat garen

Den **Spinat** in einer mittelgroßen Pfanne mit ½EL Butter bei mittlerer bis niedriger Hitze 2–3Min. garen, dabei mit einer Gabel überschüssiges Wasser aus dem **Spinat** drücken. Den **Spinat** in einer Schüssel beiseitestellen, dabei möglichst viel Flüssigkeit in der Pfanne zurückbehalten und entsorgen. Die Pfanne auswischen.



4. Dip anrühren

Die **Sriracha-Sauce** mit 2EL Mayonnaise zu einem **Dip** verrühren. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Brötchen** aufschneiden, zu dem **Gemüse** auf das Backblech geben und in ca. 3Min. knusprig aufbacken.



5. Garnelen braten

Die **Garnelen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, dann in der Pfanne mit 1EL Butter bei starker Hitze in 2–3Min. rosa und gar braten. Den **Knoblauch** hinzufügen und ca. 20Sek. mitbraten. Die **Garnelen** mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen.



6. Gurke anmachen

Die **Gurken** mit dem **Meerrettichdressing** vermengen. Die **Brötchen** längs einschneiden, dabei aber nicht vollständig durchschneiden, und zuerst mit den **Gurken**, dann mit dem **Spinat** und abschließend mit den **Garnelen** füllen. Die **Sandwiches** mit den **Gemüsepommes** und dem **Srirachadip** anrichten und servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**