MARLEY SPOON



Cremige Garnelenpfanne

mit Brokkolini und Risoni

ca. 20min 2 Portionen

Manchmal muss es einfach schnell gehen – aber bitte ohne Kompromisse beim Geschmack. Unsere Garnelenpfanne mit zarten Brokkolini und Risoni ist genau dafür gemacht: in ca. 20 Minuten fertig, voller Aroma, schön cremig und mit einer angenehmen Frische, die mediterranen Flair auf deine Teller bringt. Perfekt für den Feierabend oder ein leichtes Dinner zu zweit. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 200g Risoni [2]
- 2 Knoblauchzehen
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Pck. Brokkolini
- 1 Pck. Hartkäse, gehobelt [3]
- 1 Pck. ASC-Garnelen, aufgetaut [1]
- 1 Pck. Chiliflocken

Was du zu Hause benötigst

- 1½EL Butter [3]
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- kleiner Topf mit Deckel
- mittelgroße Pfanne
- Wasserkocher
- Knoblauchpresse
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

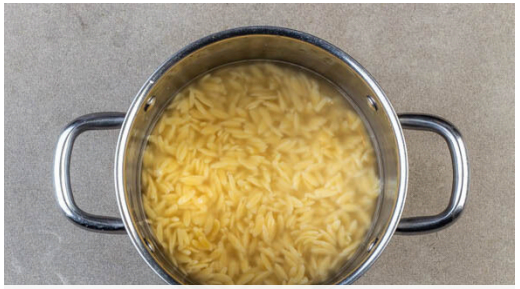
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp
Wenn es nicht so scharf sein soll, einfach die Chiliflocken weglassen.

Allergene
Enthält: **Krebstiere** (1), **Gluten** (2), **Milch** (3).

Kann Spuren enthalten von: Eier, Senf, Sesamsamen

Nährwertangaben pro Portion
Energie 647kcal, Fett 20.6g, Kohlenhydrate 79.2g, Eiweiß 33.6g



1. Pasta ansetzen

In einem Wasserkocher 650ml Wasser zum Kochen bringen. 550ml kochendes Wasser in einen kleinen Topf geben. Die **Pasta** und 1 Prise Salz einrühren und abgedeckt bei mittlerer Hitze in 10–12Min. fast bissfest kochen. Ggf. mehr heißes Wasser hinzugeben. **Tipp:** Die **Pasta** wird in Schritt 5 in der **Sauce** fertig gekocht, also darauf achten, dass sie nicht zu lange kocht.



2. Zutaten vorbereiten

Den **Knoblauch** schälen und durch eine Knoblauchpresse drücken oder sehr fein würfeln. Die **Zitrone** halbieren und von **einer Hälfte** die **Schale** abreiben, dann auspressen. Die **Brokkolini** in mundgerechte Stücke schneiden. Den **Käse** fein hacken. Die **Garnelen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen, dann trocken tupfen und mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen.



3. Garnelen braten

Die **Garnelen** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze auf jeder Seite 1–2Min. braten, bis sie rosa und gar sind. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.



4. Sauce zubereiten

1½EL Butter in der Pfanne schmelzen lassen. Den **Knoblauch**, die **Zitronenschale** und je 1 kräftige Prise Pfeffer und **Chiliflocken** einrühren und bei mittlerer Hitze 30Sek.–1Min. erwärmen, bis es duftet. Dann mit 75ml Wasser und dem **Zitronensaft** ablöschen. Die **Sauce** leicht einköcheln lassen, um die Aromen zu intensivieren, dann mit 1 kräftigen Prise Salz würzen.



5. Brokkolini & Pasta kochen

Die **Brokkolini** und 75ml Wasser in die **Sauce** rühren. Dann die **Pasta samt Pastawasser** untermengen und 2–3Min. bei niedriger bis mittlerer Hitze kochen, bis die **Pasta** gar ist und die **Brokkolini** leuchtend grün sind. Ggf. etwas mehr Wasser hinzugeben, um eine cremige, sämige Konsistenz zu erhalten.



6. Pasta verfeinern

Die Pfanne vom Herd nehmen und den **Käse** unterrühren, bis er schmilzt. Nach Belieben mit mehr Salz, Pfeffer, **Chiliflocken** und **Zitronensaft** abschmecken. Die **Garnelen** unterrühren und ca. 1Min. erwärmen, dann servieren. **Tipp:** Wer mag, kann noch ½EL Butter einrühren, um der **Sauce** noch mehr Cremigkeit zu verleihen.

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**