



SEXYGLASFUTTER.DE

PARTYFOOD – FINGERFOOD – TO GO FOOD - VEGETARISCH – VEGAN - PROTEINFOOD

Tatar von der Garnele – Garnelentatar



Einkaufsliste:

Garnelen, gekocht, 300 g
Nordseekrabben, 100 g
Anchovis, eingelegt, ½ Glas
Schalotten, 2
Frühlingszwiebeln, 2
Dill, ½ Bund
Zitrone, Bio, 1
Cornichons, 6
Schnittlauch, ½ Bund
Rapsöl
Pfeffer, bunt



SEXYGLASFUTTER.DE

PARTYFOOD – FINGERFOOD – TO GO FOOD - VEGETARISCH – VEGAN - PROTEINFOOD

Symbole für Garnelentatar

	 einfach schnell	
 kalt servieren		
	 TO GO FOOD ARBEIT / UNI	 To Go Food Party

Vorbereitung:

- Garnelen waschen, Kopf, Schale und Darm entfernen,
- klein schneiden,
- Nordseekrabben klein hacken,
- Anchovis abspülen, klein schneiden,
- Zitronenschale abraspeln, Saft auspressen,
- Cornichons klein würfeln,
- Schalotten klein würfeln und in kochendem Wasser ca. 1 min. blanchieren, abtropfen und abkühlen lassen,
- Frühlingszwiebeln und Schnittlauch in kleine Röllchen schneiden,
- Dill sehr fein hacken

Zubereitung:

- Garnelen, Krabben und Anchovis mit 1 EL Rapsöl gut vermischen,
- Cornichons, Schalotten, Frühlingszwiebeln, Schnittlauch, Dill und Zitronenschale unterheben,
- mit Zitronensaft und frisch gemahlenem buntem Pfeffer abschmecken

Tipps:

- Aufgetaute rohe Garnelen eignen sich hier nicht.
- Die Anchovis sind i.d.R. sehr salzig. Wer das nicht mag, kann z.B. kleine eingelegte Kapern verwenden.

Dazu passt:

- ein eisgekühlter, feinherber Riesling aus dem Rheingau