

NFZ-REZEPT

Für zwei Personen:

10 Riesencrevetten
1 Esslöffel Olivenöl
1 Knoblauchzehe
1 Esslöffel Tomatenpüree
1 Esslöffel Zitronensaft

1 Frühlingszwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Kohlrabi
1 Esslöffel Olivenöl
1 Briefchen Safran
90 gr Gerste
ca. 0.5 dl Weisswein
ca. 3 dl Gemüsebouillon
1 Tomate
etwas Schnittlauch
Salz, Pfeffer aus der Mühle

Vor- und
Zubereitung:
ca. 30 Minuten

Crevetten auf Gerstotto



Für die Spiesse die Crevetten aus der Schale lösen und den schwarzen Darmfaden herausziehen, entfernen. Die Crevetten unter kaltem Wasser abspülen und mit Küchenpapier trockentupfen. Auf zwei Spiesse stecken. Die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Mit Olivenöl, Tomatenpüree und Zitronensaft mischen. Die Crevettenspiesse mit der Marinade bestreichen und bis zum Braten in den Kühlschrank stellen.

Für das Gerstotto die Frühlingszwiebeln mitsamt schönem Grün fein hacken. Den Knoblauch schälen und ebenfalls hacken. Den Kohlrabi in Würfel schneiden. In einer Pfanne das Olivenöl erhitzen. Frühlingszwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten. Dann den Kohlrabi und den Safran beifügen und kurz mitdünsten. Die Gerste dazugeben, Weisswein und Bouillon dazugießen und das Gerstotto zugedeckt auf kleinem Feuer bissfest garen. Inzwischen die Tomate in Würfel schneiden. Den Schnittlauch in Röllchen schneiden.

Die Crevettenspiesse mit Salz und Pfeffer würzen. Den Grill vorheizen und anschliessend die Spiesse auf jeder Seite 1½ - 2 Minuten braten. Während die Spiesse braten, die Tomate und den Schnittlauch unter den Gerstotto mischen und diesen mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Dazu passt ein erfrischendes Glas Rosé.

Die Neue Fricktaler Zeitung wünscht en Guete.

TSCHANNEN
FLEISCH & WURSTWAREN

info@tschannen-metzg.ch
www.tschannen-metzg.ch
Tel. 061 841 11 29 • 4312 Magden

Versüssen sie die warmen Sommertage
mit einer **Gelati Gasparini**.

Exklusiv bei uns erhältlich!



SCHWEIZER FLEISCH
Alles andere ist Delikat.

Senden Sie uns Ihr bestes Rezept

Sie kochen gerne mit frischen Zutaten und möchten Ihr Lieblingsrezept anderen Menschen präsentieren? Dann sind Sie bei uns richtig. Schicken Sie uns Ihr Rezept mit einem Bild an redaktion@nfz.ch

NEUE FRICKTALER ZEITUNG

**FRICKTALER
MEDIEN AG**