

Bratkartoffeln Rezepte

Bratkartoffelsalat Mit Rucola Und Scampis

Anzahl: 2 Portionen

Gattung: Sonstiges, Salat, Kalt,

1/2 kg	Kleine Kartoffeln; gekocht	4		Scampi
	- und halbiert	3	Essl.	Gemüsebrühe
1	Essl. Olivenöl	2	Essl.	Basilikumöl
	Salz und Pfeffer	1/2	kleine	Zitrone; den
1	Prise/n Oregano	1	Bund	Saft
				(klein) Rucola

Eine Pfanne mit 24 cm Durchmesser erhitzen, Olivenöl dazugeben und die Kartoffelhälften darin goldbraun braten. Mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen.

Die küchenfertigen Scampi mit der Schale in einer Antihalt-Pfanne mit ein paar Tropfen Olivenöl langsam, aber nicht zu lange (je nach Grösse pro Seite ca. 3-4 Minuten) braten. Von der Kochplatte nehmen und etwas ruhen lassen. Dann vorsichtig aus der Schale brechen, leicht salzen und pfeffern.

Für die Vinaigrette Gemüsebrühe, Zitronensaft, Basilikumöl, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker in einen hohen Becher geben und kurz mit dem Stabmixer verquirlen, damit eine cremige Sauce entsteht. Rucola verlesen und die Stiele entfernen. Die Blätter waschen und in einem Brühsieb gut abtropfen lassen. Die Stiele fein hacken. Die Bratkartoffeln auf die Teller verteilen, die Rucolablätter hineinstecken und die Scampi darauf anrichten. Das Ganze mit der Vinaigrette beträufeln und mit den gehackten Rucolastielen bestreuen.

Pro Person ca. 320 kcal.

INFO ÜBER SCAMPI Was ist nun der Unterschied zwischen Scampi, Riesengarnelen, Tiger Prawns usw.? Selbst sogenannte Fachleute haben mit der Unterscheidung Probleme. Die italienische Bezeichnung Scampi hat sich ziemlich durchgesetzt, gemeint ist damit der Kaisergranat in anderen Ländern auch als Langustine bezeichnet. Es sind 10-25 cm lange, hummerähnliche Krebse. Sicheres Erkennungszeichen sind die hervorstehenden Augen und die scharf gezahnten Scheren. Sie werden allerdings vorwiegend ohne Köpfe angeboten und dann ist es manchmal schwierig, sie von den Riesengarnelen zu unterscheiden. Der Schuppenpanzer ist bei den Scampis hellrötlich während er bei den Riesengarnelen häufig graublau gefärbt ist. Mit Kopf betrachtet haben Riesengarnelen keine Scheren sondern lange Fühler. Riesengarnelen zählen zu der riesengrossen Familie der Garnelen, wie die kleinen Krevetten oder die grössten Exemplare die Prawns.