Nah&Frisch

Rosemarie Schatz User

Sommerlicher Vogerl-Fenchel-Grapefruitsalat mit Riesengarnelen

Vorspeise Rezept-Gewinnspiel

ZUBEREITUNG

Die Grapefruit so schälen,dass die weiße Haut mit entfernt wird.

2) Die Grapefruit halbieren und 1 Hälfte mit einem scharfem Messer filetieren.

3) Die andere Hälfte auspressen.

4) Für das Dressing 1 Knoblauchzehe schälen und sehr fein hacken, den Dill waschen und ebenfalls hacken.

5) Den Grapefruitsaft mit Essig und Honig verrühren und die den Knoblauch sowie den Dill unterrühren.

6) Das Öl unterschlagen. Das Dressing mit Salz und Pfeffer würzen.

7) Fenchel waschen und in feine Scheiben schneiden.

8) Vogerlsalat waschen.

9) Die frischen Garnelen (schon geputzt) in einer Pfanne mit etwas Olivenöl und Knoblauch leicht anbraten.

10) Den Vogerlsalat und den Fenchel in einer Schüssel mit dem Dressing durchmischen und dann auf die Teller geben.

11) Die Grapefruitfilets sowie die Garnelen auf den Salat geben.

Mahlzeit!

ZUTATEN

- 500 g Vogerlsalat
- 2 Stk. frischer Ingwer
- 4 Stk. Grapefruit
- 8 Stk. Garnelen
- 4 EL Balsamicoessig
- 5 EL Olivenöl
- 1 TL Salz
- 1 TL Honig
- 1 Bund Dill