



hr1-DOLCE VITA

Ingo Bockler

## Curry von Meerwassergarnelen mit Spaghetti von Roten Beten und Meerrettich

### ZUTATEN

#### Spaghetti:

3 mittelgroße Rote Bete, roh, geschält  
Salz, Zucker, Pfeffer aus der Mühle  
½ Limettensaft

#### Currypaste:

1-2 grüne Chilischoten  
½ geschälte Knoblauchzehe  
1 TL feiner, scharfer Senf (Dijon)  
1 TL gelbes Currypulver  
1 TL Kurkuma  
½ TL frisch geriebener Ingwer  
Salz  
40 g Joghurt

#### Garnelen:

6 Garnelen, geschält und längs halbiert  
1 kleine rote Zwiebel, in Streifen  
Butterschmalz zum Braten

#### Sauce:

160 g Joghurt  
1 EL frisch geriebener Meerrettich  
etwas Koriandergrün  
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
Limettensaft und Abrieb

Geschnittener Koriander und geschabter Meerrettich zum Garnieren

### ZUBEREITUNG

Die Rote Bete im Spiralschneider zu Spaghetti schneiden und mit den weiteren Zutaten 2 Stunden marinieren.

Für die Paste die Chilis halbieren, entkernen und in Streifen schneiden. Den Knoblauch in Scheiben schneiden und beides mit Senf, Curry, Kurkuma, Ingwer und Salz im Mörser fein zermahlen. Diese Paste mit den 40 g Joghurt verrühren.

Die Garnelen auf Darmreste prüfen und mit dem Limettensaft würzen. Anschließend mit der Currypaste einreiben und für zwei Stunden im Kühlschrank marinieren.



hr1-DOLCE VITA

Für die Sauce den Joghurt mit dem Meerrettich kurz glatt rühren, das in Streifen geschnittene Koriandergrün zufügen und mit Salz, Pfeffer aus der Mühle sowie der Limette abschmecken.

Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelstreifen darin anschwitzen.

Die marinierten Garnelen rasch zufügen und bei hoher Hitze maximal sehr schnell braun braten, dabei gut schwenken. Im Kern sollen die Garnelen schön saftig und leicht glasig sein.

Für die Garnitur Butterschmalz in einem tiefen Topf erhitzen, die gewaschenen und gut getrockneten Kräuter hinein geben und etwa eine Minute knusprig frittieren. Auf Küchenkrepp trocken tupfen und leicht salzen.

Anrichten:

Die Joghurtsauce in passende Schälchen verteilen und die Spaghetti mit der Fleischgabel aufgedreht darauf portionieren. Das Garnelencurry darauf verteilen und mit dem Koriandergrün und den Meerrettichspänen garniert servieren.