

ür Gäste

*h die vietnamesische Küche
Gerichten können Sie zu
kong unternehmen.*

Crevetten-Spiesse (3)

SCHNELL

Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.

ergibt 4 Spiesse

300 g geschälte rohe Crevetten-
schwänze, in Stücken,
angefroren

1 Schalotte, in Stücken

1 Knoblauchzehe, geviertelt

1 Esslöffel Fischsauce*

½ Teelöffel Zucker

Pfeffer aus der Mühle

4 Stängel Zitronengras

Öl zum Braten

Crevetten, Schalotte und Knob-
lauch portionenweise im Cutter
fein pürieren. Fischsauce und Zu-
cker darunter mischen, würzen.
Die äussersten Blätter des Zitro-
nengrases entfernen, die Spitzen
evtl. etwas kürzen, die Stängel mit
dem Wallholz leicht quetschen. Je
ein Viertel der Crevetten-Masse
um einen Zitronengrasstängel
drücken (siehe kleines Bild).

Braten: Crevetten-Spiesse in einer
Bratpfanne im heissen Öl ca. 5 Min.
goldgelb braten, auf Haushaltpa-
pier abtropfen. Im auf 60 Grad vor-
geheizten Ofen warm stellen.

Pro Person: 3 g Fett, 14 g Eiweiss,
2 g Kohlenhydrate, 395 kJ (94 kcal)



Crevetten-Masse in der Hand
leicht an den Zitronengrasstängel
drücken, dabei oval formen.

6)



* Informationen zu
diesen Zutaten finden
Sie auf Seite 15.