



Riesencrevetten in Salzkruste

Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.

Backen: ca. 10 Min.

2 Esslöffel Kerbel,
fein gehackt

1 Esslöffel Estragon,
fein geschnitten

wenig Pfeffer

12 ungeschälte rohe Riesencrevetten-Schwänze
(je ca. 50 g)

2 ½ kg grobes Meersalz

3 Eiweisse (siehe Tipp),
verklopft

1. Kräuter und Pfeffer mischen.

Die Beine der Crevetten mit einer Schere abschneiden, Schale auf der Unterseite vorsichtig aufschneiden. Crevetten aus der Schale lösen, sodass sie am Schwanzende noch zusammenhalten. Mit einem scharfen Messer den Crevettenrücken einritzen, den Darm sorgfältig entfernen. Crevetten würzen (siehe kleines Bild).

2. Salz und Eiweisse in einer Schüssel mischen, ca. ¼ der Masse auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben, mit einem Löffel ca. 1 cm dick ausstreichen (ca. 20 x 35 cm). Die Crevetten darauflegen, mit der restlichen Masse vollständig und gleichmässig einpacken, Masse gut andrücken.

Backen: ca. 10 Min. in der Mitte des auf 240 Grad vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, Crevetten ca. 5 Min. ruhen lassen.

Kräutersauce

4 Esslöffel Kerbel

2 Esslöffel Estragon

4 Esslöffel Olivenöl

2 Prisen Salz

wenig Pfeffer

Kräuter mit dem Olivenöl fein pürieren, Sauce würzen.

Servieren: Salzkruste vorsichtig mit einem Hammer aufbrechen und abheben. Mit einem Pinsel das Salz gründlich von den Crevetten abpinseln, diese mit der Kräutersauce servieren.

► **Tipp:** Eigelbe lassen sich problemlos tiefkühlen: Leicht verklopfen und mit wenig Salz (1 Messerspitze pro Ei) mischen, Haltbarkeit: ca. 3 Monate.

Pro Person: 14 g Fett, 28 g Eiweiss,
2 g Kohlenhydrate, 1041 kJ (249 kcal)



Kräutermischung in die Schalen verteilen, Crevetten wieder in die Schale zurücklegen.



Vin de Pays d'Oc blanc

La Cuvée Mythique

Herkunft: Frankreich

Region:

Languedoc/Roussillon

Rebsorten: Roussanne,
Viognier, Marsanne,
Grenache Blanc

Charakter: Goldgelb, spezielles Blütenbouquet mit Quitten- und Haselnussaromen; im Gaumen breit, aromatisch und sehr kräftig, finessenreich mit Fülle, etwas pfeffrige Noten begleiten den leicht wärmenden Abgang.

Passt auch zu: gegrilltem Fisch und Geflügel

Die empfohlenen Weine sind in grösseren Coop Supermärkten erhältlich