

Rape y Langostino

Seeteufel-Garnelen-Spieße mit Knoblauch-Petersilien-Öl

VORBEREITUNG
25 Minuten

ZUBEREITUNG
10 Minuten

ERGIBT
12 kleine Spieße

ZUTATEN

- 600 g Seeteufelfilet
- 12 große rohe Garnelen
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Bund glatte Petersilie
- 1 Zitrone
- 5 EL Olivenöl Extra Virgen
- Salz
- 12 Holzspieße

ZUBEREITUNG IN 5 SCHRITTEN



1 Fisch würfeln

Holzspieße wässern. Seeteufel in 24 gleichmäßige Würfel schneiden und trocken tupfen.



2 Garnelen putzen

Garnelen schälen, den Darm sorgfältig entfernen und anschließend trocken tupfen.



3 Spieße stecken

Je zwei Fischwürfel und eine Garnele abwechselnd aufstecken. Leicht ölen und salzen.



4 Heiß anbraten

Spieße auf der heißen Plancha rundum 4-6 Minuten vollständig garen, aber saftig halten.



5 Kräuteröl dazu

Knoblauch und Petersilie hacken, mit Öl und Zitronensaft verrühren und darübergerben.

GOZATU-TIPP: Gleich große Stücke garen gleichmäßig. Fisch und Garnelen vor dem Braten gut trocknen und nur leicht ölen, damit kräftige Röstaromen entstehen. Beide vollständig durchgaren.