



REZEPT

PIL PIL

Wir verraten Ihnen heute das Rezept für ein spanisches Lieblingsgericht: Gambas in Knoblauchöl!



Eins der liebsten Tapas-Rezepte sind die „Gambas Pil Pil“. Das sind Garnelen in Knoblauchöl, kochend heiß in der typischen bräunlichen Tonschale serviert, der sogenannten Cazuela. Allein das sieht schon so köstlich aus, brutzelt darin am Tisch noch weiter und ein Duft nach Sonne, Sommer und „Urlaub“ schwebt im Raum. Holen wir uns „Spanien“ ins Haus!

Vielleicht haben Sie auch schon etliche Schälchen in unterschiedlichen Größen auf den spanischen Märkten besorgt. Falls nicht, unbedingt kaufen. Die sind ofenfest, super haltbar und man kann darin alles gleich servieren. Es soll sogar Leute geben, die kaufen sich jedes Jahr ein paar neue, um darin zu brutzeln. Auch die Großen sind ideal für Ofengerichte.

Zutaten für 1 Portion

- ca. 10 Garnelen (roh, ohne Schale)
- ca. 1/2 kleine rote Chilischote
- 3 Knoblauchzehen
- ca. 150 ml gutes Olivenöl (kalt gepresst)
- 75 ml Weißwein (am besten den Wein, den Sie nachher auch zum Essen trinken)
- 1 Prise Meersalz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle, einige Stängel glatte Petersilie, Baguette

Zubereitung

1. Ein Tonschälchen oder eine kleine Auflaufform (12-15 cm ø) in den heißen Ofen (200 Grad) auf den Rost stellen und richtig heiß werden lassen.
2. Garnelen waschen, mit Küchenpapier trocken tupfen. Chili je nach Geschmack und Schärfewunsch längs halbieren und die Kerne entfernen. Knoblauchzehen schälen, in Scheiben schneiden.
3. Öl in das Schälchen gießen, brodelnd heiß werden lassen. Knoblauchscheiben in das heiße Öl legen und ca. 1 Minuten in dem Öl garen. Dann die Garnelen vorsichtig hineinlegen, Chili und etwas Salz zugeben. Alles ca. 8 Minuten garen. Zwischendurch die Garnelen mal wenden und die Schale schwenken, damit sich das Eiweiß aus den Garnelen in dem Öl verteilt.
4. Alles einmal schön durchrühren, mit dem Weißwein ablöschen, leicht pfeffern. Alles weitere 2 Minuten garen, dann sind sie fertig. Das erkennt man an der schönen weiß-rosa Färbung der Garnelen. Auch der Knoblauch und die Chili haben ihr Aroma an die Garnelen und das Öl abgegeben. Jetzt aus dem Ofen nehmen, direkt auf den Tisch stellen und mit frisch gehackten Petersilienblättchen bestreuen. Baguette-Scheiben, Salz- und Pfeffermühle dazu stellen. Mediterrane Küche - einfach, schnell und lecker!