



Knusprige Garnelen im Strudelblatt auf Fenchel-Orangen-Salat mit Granatapfel und Wasabi Dip

Diese wunderbare **Vorspeise mit Garnelen** haben wir für unser Weihnachtsmenü vorbereitet.

Die Garnelen werden mit Petersilienblättern und Strudelblatt umwickelt und dann in [Ceres Soft](#) frittiert. Das geht recht schnell und nach 3-5 Minuten sind die Garnelen im knusprigen Mantel gebacken. Strudelteigblätter sind ein guter Ersatz für Filoteig und bei uns im Supermarkt erhältlich.

Angerichtet werden die Garnelen auf einem farnefrohen Salat aus Fenchel, Orangenfilets, Blaukraut, Karottenstreifen und Granatapfelkernen. Die Vorbereitung der Orangenfilets wird in einem Video (weiter unten auf der Seite) gezeigt.

Der Teller wird vorher mit Wasabi-Dip bestrichen. Das sieht sehr schön aus und die Schärfe vom japanischen Meerrettich harmonisiert ganz großartig in diesem Ensemble. Das Ceres Team wünscht gutes Gelingen!

Zubereitung

- Die Orange mit dem Messer schälen und über einer Schüssel Orangenfilets ausschneiden. Den Saft zu den Orangenfilets in die Schüssel pressen.
- Das Blaukraut in feine Streifen schneiden und extra bereit stellen.
- Chicorée an der Wurzel abschneiden, die Blätter vorsichtig aufbrechen und an der Blattwurzel dreieckig ausschneiden. Extra bereit legen.
- Die Karotte schälen und in feine Streifen (Julienne) schneiden, zu den Orangenfilets legen.
- Den Fenchel zuputzen und in hauchdünne Scheiben hobeln oder schneiden. Fenchel zu den Karotten und Orangenfilets geben.
- Die Granatapfelkerne bereit stellen.
- Den Fenchel, Orangenfilets, Saft und Karotten mit Salz, etwas Zucker, Pfeffer und Olivenöl marinieren.
- Die Mayonnaise mit Wasabi verrühren. Der Dip kann noch zusätzlich mit 2 Tropfen Wodka verfeinert werden.
- Von der Petersilie einige schöne Blätter abzupfen.
- Die Strudelteigblätter bereit legen und in 0,5 cm breite Streifen schneiden.
- Die trocken gelegten Garnelen mit Petersilienblatt und Strudelteigstreifen umwickeln, mit der Speisestärke leicht befeuchten, damit der Teig gut anhaftet.
- Das Ceres Soft in einem Topf erhitzen und die vorbereiteten Garnelen im Strudelblatt 3-5 Minuten knusprig frittieren.
- Die gebackenen Garnelen auf einen Teller mit Küchenkrepp legen.
- Den vorbereiteten Gemüse-Salat auf ein Sieb geben und gut abtropfen lassen. Das streifig geschnittene Blaukraut kurz in der Marinade wenden.
- Wasabi Dip mit einem Pinsel auf den Teller auftragen, mittig den Gemüsessalat anrichten, Chicorée Blätter rund um den Salat legen, die Garnelen darauf setzen, mit Granatapfelkernen und einem Petersilienblatt dekorieren und servieren.

Hauptspeisen, Vegetarisch

[Zurück](#)

 40 Minuten

 2 Portionen

Zutaten

1 Orange
30 g Blaukraut
1 kleine Chicorée
1/2 Karotte
1/4 Fenchelknolle
Salz
Zucker
Pfeffer
15 Granatapfelkerne
1 EL Dante Olivenöl
1 EL Mayonnaise
1/2 TL Wasabi
etwas Petersilie
1 Strudelteigblatt
8-10 Garnelen roh mit Schwänzchen, ausgelöst
etwas Speisestärke in Wasser aufgelöst
500 g Ceres Soft zum frittieren