



Das Event mit Nährwert...

Rezepte von DINNER-Rennern für DINNER-Renner

Garnelen-Spinatauflauf mit Schalotten-Rieslingsoße

Für 6 Personen

von Petra Feldmann
Dezember 2008

Zutaten

- 500 g Garnelen
 - 2 Schalotten
 - 1-2 Knoblauchzehen
 - ½ Zitrone
 - 50 ml Weißwein (vorzugsweise Riesling)
 - 1-2 EL Senf
 - 1-2 EL Ketchup
 - Salz und Pfeffer
 - 2-3 Tomaten
 - 450 g Blattspinat
 - 100 - 150 g Parmesan (gerieben)
-
- 100 g Schalotten (fein gewürfelt, nicht in den Mixer packen - wird sonst bitter!)
 - 40 g Butter
 - 200 ml Sahne
 - 100 ml Riesling
 - Pfeffer und Salz



Vorbereitungszeit: 60 Minuten

Zubereitung

Garnelen waschen und mit Küchenrollenpapier trocken tupfen.

Schalotten und Knoblauchzehen abziehen, in grobe Würfel schneiden.

Mit Zitronensaft, Wein, Ketchup und Senf verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Garnelen mindestens 30 Minuten darin einlegen (Nicola und ich haben das knapp 2 ½ Stunden durchziehen lassen)

Backofen auf 180 Grad C vorheizen

Spinat in der Auflaufform verteilen. Garnelen darüber legen. Jetzt die grob gewürfelten Tomaten (der zu saftige Kernbrei kann vorher entfernt werden) dazu geben und ebenfalls verteilen.

Als Abschluss den geriebenen Parmesan darüber geben.



Für ca. 25 Minuten in den Ofen (mittlere Schiene) durchgaren lassen.

Die Schalottenwürfel in 20 g Butter glasig dünsten.
Mit der Sahne und dem Riesling auffüllen, würzen und etwas einköcheln lassen.

Kurz vor dem Servieren die restlichen 20 g gekühlte Butter hinzugeben und mit dem Pürierstab aufmontieren

Tipp: Wenn die Soße zu flüssig ist, kann mit dem Einrühren von Stärkemehl Abhilfe geschaffen werden. Dann auf die Butter-Montier-Aktion eher verzichten.

Guten Appetit und viel Spaß beim Nachkochen!

