



Familie Kellermann
Junioren Max und Franziska

Kleines Garnelen Pfännchen



Tomate | Olive | Knoblauchöl | Thymian | Black Tiger Garnelen

Zutaten

6 Black Tiger Garnele
4 schwarze Oliven
3 Cocktailtomaten
Knoblauchöl
Thymian
Zitronensaft
Salz, Pfeffer

Anrichten

Glasnudeln, frittiert

Ofenfrisches Baguette :

175g Mehl, 550er
50 g Mehl, 1050er
150 ml Wasser, kalt
2,5g Hefe
4g Fleur de Sel

Vorbereitung:

Black Tiger Garnelen aus der Schale befreien, in Salz, Pfeffer und Zitronensaft marinieren. Cocktail Tomaten vierteln, schwarze Oliven längs in feine Scheiben schneiden.

Kochprozess:

Nun das Knoblauchöl in einer Pfanne erhitzen und die marinierten Garnelen darin schwenken. Anschließend die Tomaten, die Oliven und den Thymian mit anbraten, Sobald die Garnelen glasig sind, können sie angerichtet werden.

Baguette:

Alle Zutaten 3 min. verkneten, anschließend zu einem Ballen formen und abgedeckt über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Am nächsten Tag den Teig vorsichtig, mit etwas Mehl zu einem Baguette formen. Den Ofen auf 220°C vorheizen. Baguette 10 min anbacken, danach auf 200°C ca. 20 min fertig backen.

