

Gebratene Jakobsmuscheln mit Orange

 happy-mahlzeit.com/2019/12/08/gebratene-jakobsmuscheln-mit-orange/

Zutaten für 2 Personen:

- 6 Jakobsmuscheln
- 2 Orangen
- 100g Friséesalat
- 2 Stiele Thymian
- 1 TL Fenchelsamen
- Olivenöl
- Chili
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Die Jakobsmuscheln waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer von allen Seiten würzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Jakobsmuscheln darin anbraten. Mit Thymian aromatisieren. Die Fenchelsamen im Mörser zerstoßen und über die Jakobsmuscheln streuen.

1 Orange halbieren und die Hälften aushöhlen. Die Jakobsmuscheln klein schneiden und Orangensaft darüber geben. Die restliche Orange filetieren und ebenfalls zu den Jakobsmuscheln hinzufügen. Das Ganze mit 1 Prise Salz, etwas Pfeffer, Chili und Olivenöl verfeinern.

Den Frisée putzen und darüber zupfen. Das Ganze in den ausgehöhlten Orangenschalen anrichten.

Rezept: Steffen Henssler

Quelle: Topfgeldjäger vom 7.12.2011