

Lauwarmer Glasnudelsalat

Wie ein kulinarischer Kurztrip nach Asien kommt dieses exotische Gericht daher: lauwarmer Glasnudelsalat mit diversen Meeresfrüchten, Erdnüssen, Koriander und ein bisschen Schärfe.



Zutaten für 3 Portionen:

- 300-400 g Langostinos
- 300 g Miesmuscheln
- 250 ml Gemüsefond
- 1 Knoblauchzehe
- ½ TL Cayennepfeffer
- ½ TL Kümmel
- 400 g Sepia
- 3 Möhren
- 1/4 Gurke
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 rote Chilischote
- 4 Stiele Koriander
- 4 Stiele Minze
- 5 Salatblätter
- 5 EL Öl
- 1 Limette
- 3 EL Reissessig

- 5 EL Sojasauce
- 2-3 EL Honig
- 200 g Glasnudeln
- 6 EL gesalzene Erdnüsse

Zubereitung:

- Langostinos schälen. Scheren, Kopf und Schwanz entfernen. Die Schalen waschen und abtropfen lassen. Langostinos am Rücken entlang einschneiden und den Darm entfernen.
- Muscheln und Schalen der Langostions in einen großen Topf geben. Zusammen mit Gemüsefond, Knoblauch, Cayennepfeffer und Kümmel 10 Minuten köcheln lassen.
- Sud durch ein Sieb filtern. Er dient als Basis für das Dressing. Muscheln auslösen.
- Sepia waschen und in einer Pfanne ohne Fett anbraten.
- Möhren schälen und in 3 cm lange feine Stifte schneiden, Gurke schälen, entkernen und in etwas dickere Stifte schneiden. Zwiebeln, Frühlingszwiebeln und Chilischote in dünne Streifen schneiden. Koriander und Minze hacken. Salat in mundgerechte Stücke reißen. Sepia, Möhren, Gurken, Zwiebeln, Frühlingszwiebeln, Koriander und Minze vermengen.
- Für das Dressing in einer Schale Öl, Saft einer Limette, Reisessig, Sojasauce, den aufgefangenen Sud und Honig vermischen.
- Glasnudeln in einer größeren Schüssel mit kochendem Wasser übergießen und für 10 Minuten ziehen lassen.
- Pfanne aufstellen, sehr heiß werden lassen und etwas Öl hinein geben. Langostinos hinzugeben und scharf anbraten.
- Glasnudeln nach 10 Minuten abschütten und mit dem Gemüse, dem Salat und dem Dressing vermengen. Erdnüsse hacken.
- Den Salat auf Tellern anrichten und mit den Langostinos, ausgelösten Muscheln und Erdnüssen garnieren.