

# Garnelen mit Lauchzwiebeln

## Zutaten:

Für 4 Personen

16 Garnelen (je 80 g, ungekocht,  
mit Schale)  
Saft und Schale einer  
unbehandelten Zitrone  
Zitronenpfeffer  
2 Fleischtomaten (ca. 400 g)  
1 kleine Knoblauchzehe  
1 Bund Lauchzwiebeln  
1 Bund Basilikum  
1 Bund glatte Petersilie  
30g Butter  
100 ml Rosewein oder Fischfond  
100 ml Sahne  
Salz

Hier könnte Ihr Name mit Wohnort  
stehen. Kochen sie das Rezept  
nach, fotografieren sie es und  
schicken das Bild an  
[fischrezepte@dstumpf.de](mailto:fischrezepte@dstumpf.de). Das  
Gleiche gilt für neue Fischrezepte.

## Zubereitung:

Garnelen aus der Schale lösen, waschen und mit Küchenpapier trockentupfen. Mit Zitronensaft, -schale und -pfeffer würzen.

Tomaten häuten, vierteln, entkernen und würfeln. Knoblauch abziehen, fein würfeln. Lauchzwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Kräuter waschen, trockentupfen, Blättchen hacken.

Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen, Lauchzwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Herausnehmen. Garnelen im Bratfett von beiden Seiten 2 Minuten braten.

Tomaten, Lauchzwiebeln und Knoblauch zufügen, 2 Minuten garen. Wein oder Fond und Sahne zugeben, 2 Minuten köcheln. Salzen, Kräuter hinzufügen und abschmecken. Nach Wunsch mit Basilikum garnieren.