

Garnelen und Muscheln mit Roter Rübe und Tintenfisch

Zutaten

Shrimps oder Garnelen	n.	3
Jakobsmuscheln oder andere Schalentiere	n.	2
Rote Rübe	n.	1
Natives Bio-Olivenöl Extra	Nach Belieben	
Lakritzpulver	Nach Belieben	
Lippia	Nach Belieben	



Vorbereitung

Die Garnelen und Jakobsmuscheln gründlich reinigen. Die Steckrübe dämpfen, dann die Schale entfernen, in Stücke schneiden und mit Bio-Olivenöl extra vergine, Salz und Pfeffer pürieren, bis eine homogene Masse entsteht. In einer Pfanne etwas natives Bio-Olivenöl extra erhitzen und die Garnelen und Jakobsmuscheln kurz anbraten, bis sie gerade gar sind. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Püree aus roter Rübe auf dem Boden des Tellers anrichten, dann die gebratenen Garnelen und Jakobsmuscheln darauf legen. Das Gericht mit Lakritzpulver bestreuen und mit ein paar Lippia-Blättern dekorieren. Nach Belieben mit einem Spritzer nativem Bio-Olivenöl extra garnieren.

ÖL UND GESCHMACK: PERFEKTE KOMBINATIONEN FÜR IHRE REZEPTE

Obwohl die "Meeresfrüchte-Zutaten" in diesem Gericht einen delikaten Geschmack haben, verstärken der Tintenfisch und die Lakritze den Geschmack. Ein Olivenöl wie das **Tonda del Matese (Campania Caserta)** schafft es, die verschiedenen Aromen zu koordinieren und auszugleichen. Ein mittelfruchtiges Öl, ausgesprochen krautig, mit Anklängen an Mandel und Tomate. Mittelbittere, aber mittelwürzige Noten. Grüne Farbe mit gelben Reflexen.