

**Der Weg des Assassinen – Buch Bedrohung in Asien, Rezept wie im Buch:**

Garnelenomelett mit Banane und Kokosstreusel - für 2 Personen

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Zutaten:** |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

 |

|  |  |
| --- | --- |
| **6****3-4 EL**  | Eier Sprudel (mit Kohlensäure) |
| **6 EL**  | Öl  |
| **1-1,5 TL**  | Palmzucker (oder braunen Zucker)  |
| **250 -300 gr.**  | Garnelen (geschält) |
| **3-4 EL****2 TL****1 TL** | Sellerieknolle mundgerecht kleingeschnittenFischsauce Leichte Sojasoße |
| **1 -1,5** | mittelgroße Bananen  |
| **1**  | Knoblauchzehen (kleingeschnitten) |
| **2** | Frühlingszwiebel (kleingeschnitten) |
| **1 TL****etwas** | Sambal Oelek Schwarzen Pfeffer gemahlenDeko: Petersilie oder Schnittlauch. |
|  | Zusätzlich: Kokosstreusel. |
|  |  |

 |

**Arbeitszeit:** ca. 15 Min. / **Koch-/Backzeit:** ca. 15-20 Min. **Schwierigkeitsgrad leicht-mittel**

**1**

Die zerkleinerte Sellerie im Topf mit Wasser ca.10 Minuten kochen, bis sie weich sind. Dann das Öl 2 EL in eine Pfanne oder ein Wok geben und kurz erhitzen. Den Knoblauch, Sambal Oelek, Sellerie, Garnelen (geschält), den Zucker, Pfeffer, Frühlingszwiebel, Wurzel, Fishsauce, Sojasoße zugeben. Bei mittlerer Hitze anbraten und immer wieder umrühren bis die Garnelen die typische orangene Farbe bekommen. Jetzt die Banane/n in runde Scheiben schneiden und dazu geben. Dann die Masse zur Seite stellen und auf einer anderen Herdplatte bei niederer (2 Elektroherd) Temperatur warmhalten. Immer wieder mal umrühren, damit die Masse mit den Bananen vermengt werden.

**2**

6 Eier und Wasser in einer Schüssel verquirlen (schlagen). Die Pfanne am besten mit etwas Öl gleichmäßig ausreiben, weiter 2 EL Öl in den heißen Wok geben und darin schwenken, so dass sich das Öl verteilt. Die Hälfte der Eiermasse in den Wok geben und schwenken, so dass sie sich gut verteilt. Immer wieder die Masse mit einem Pfannenwender anheben, damit nichts anbrennt. Wenn die Oberseite fest ist, Ist das Omelett fertig (nicht wenden), dann aus dem Wok nehmen.

**3**

Jetzt das Omelett auf dem Teller legen und eine Portion der Garnelenmasse in der Mitte positionieren. Dann die Ränder des Omeletts mit einem Pfannenwender einschlagen, damit eine Art Viereckform entsteht. Dann zweites Omelett vorbereiten.

**4**

Jetzt noch alles mit Schnittlauch oder Petersilie dekorieren und es ist fertig zum Servieren. Ganz am Schluß, je nach Vorliebe mit Kokosstreusel bestreuen (ich habe 2 TL verwendet).

Einfach ausprobieren. Schmeckt super exotisch.

Guten Appetit!