

Garnelen - Kurkuma - Tempura

- **Portionen:** 6
- **Vorbereitungszeit:** 5m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 15m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '15', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '5m', 'servings' : '6', 'yield' : '' });
```

Zu klaren Consommé und asiatischen Suppen, knusprig zum Knabbern

Zutaten

- 140 g Tempura - Mehl aus dem Japan Shop
- 200 g eiskaltes Wasser
- ½ Tl Kurkuma
- 1 Riesengarnelen (küchenfertig, mit Schale)
- 100 g Mehl zum Wenden
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Pflanzenöl zum Ausbacken

Zubereitungsart

Schritt1

Vorbemerkung:

Schritt2

Selbst gemachter Tempura - Teig muss unbedingt mit eiskaltem Wasser zubereitet werden, auch sollte er nicht zu viel gerührt werden.

Schritt3

Alle Teigzutaten miteinander zu einem dünnflüssigen Teig verrühren und mit Kurkuma aromatisieren.

Schritt4

Die Garnelen bis auf das letzte Schwanzteil aus der Schale lösen, den Rücken einschneiden und den Darm herausziehen.

Schritt5

Leicht salzen und pfeffern, in Mehl wenden, durch den Tempura - Teig ziehen, etwas ablaufen lassen.

Schritt6

Goldgelb bei 160° C - 170° C heraus backen, auf Küchentrepp ablaufen lassen. Extra zu den Suppen reichen.

Rezeptart: Suppeneinlagen **Tags:** garnelen, kurkuma

Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Energie (kcal)172
- Fett (g)4
- KH (g)29
- Eiweiss (g)7
- Ballast (g)2
- Zucker (g)1

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/garnelen-kurkuma-tempura/>