

Spaghettini mit Wakame Algen und Garnelen

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 30m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '30', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Saisonal, etwas ausgefallen, für "Hinschmecker", einfach köstlich

Zutaten

- 180 g Wakame Algen
- 4 Stück (Oder mehr) Riesengarnelen/Prawns, küchenfertig, ohne Schale und Darm
- Etwas Zitronensaft
- 1 gedrückte Knoblauch Zehe zum mit braten
- 1 Thymian Zweig zum mit braten
- 2 El Tomatenwürfel in Butter geschmolzen
- 250 g Spaghettini (Besonders kleine, dünne Spaghetti)
- 50 g Petersilie
- 8 cl kaltgepresstes Olivenöl, insgesamt
- 1/4 l Tomaten Sauce
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Die Algen putzen, waschen, in kochendem Wasser 10 Sekunden blanchieren und sofort in Eiswasser abkühlen.

Schritt2

Die Hälfte, mit der Petersilie, Salz und Pfeffer und 6 El Olivenöl mit dem Stabmixer pürieren, nachschmecken.

Schritt3

Die Spaghettini nach Packungsanweisung "bissfest" kochen, abschütten.

Schritt4

Mit 4-5 El Algen Sauce und 1 El Olivenöl mischen, die restlichen Algen unter schwenken.

Schritt5

Die Garnelen unter fließendem Wasser waschen und wieder trocken tupfen; salzen, pfeffern mit etwas Zitronensaft marinieren.

Schritt6

In 2 El heißem Olivenöl mit dem Knoblauch und einem Thymian Zweig von jeder Seite ca. 1 min. braten, bis die rosa Farbe hervor tritt.

Schritt7

Die Pfanne zurück ziehen und mit der Restwärme glasig, saftig zu Ende garen.

Schritt8

Anrichtevorschlag:

Schritt9

Die Spaghettini mit einer Fleischgabel aufdrehen und "mittig" auf einem vorgewärmten Teller placieren.

Schritt10

Die waagrecht aufgeschnitten Riesengarnelen dekorativ verteilen, die geschmolzenen Tomaten darüber geben.

Schritt11

Links und rechts etwas Tomaten Sauce träufeln,

Schritt12

mit Thymianblättchen garnieren.

Rezeptart: Schalen- und Krustentiere **Tags:** algen, garnelen, Spaghettini, warme vorgerichte

Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Energie (kcal)559
- Fett (g)26
- KH (g)52
- Eiweiss (g)30
- Ballast (g)5
- Zucker (g)6

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/spaghettini-mit-wakame-algen-und-garnelen/>