



Gebratene Jakobsmuschel auf Erbsenpüree und Kokos-Limetten-Sauce

Zutaten für 4 Personen

4 Jakobsmuscheln (ohne Schale, ohne Rogen)
400g grüne Erbsen (frisch oder tiefkühl)
1 Limette
1 Dose Kokosmilch
Salz und Pfeffer
Koriander frisch zum dekorieren

Zubereitung

Die Erbsen in einen Topf mit heißem Wasser geben und 2-3 min kurz aufkochen lassen, danach das Wasser abgießen, mit einem Mixstab grob pürieren, die Erbsen sollten noch zu erkennen sein. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und warm stellen.

Die Limette waschen und abbürsten, die Hälfte der Schale abreiben, halbieren und Saft auspressen. Die Kokosmilch in einen Topf geben leicht aufkochen lassen, Limettensaft und die geriebene Limettenschale hinzugeben mit einem Mixstab schön schaumig rühren.

Die Jakobsmuscheln in einer heißen Pfanne je nach Größe 2-3 Minuten von beiden Seite anbraten, Pfanne vom Herd nehmen und die Jakobsmuscheln 3 Minuten ziehen lassen.

Auf einem vorgewärmten Teller 2 Esslöffel Erbsenpüree mittig anrichten, die Kokos-Limetten-Sauce um das Erbspüree drapieren, die Jakobsmuschel auf das Erbspüree setzten mit einem Korianderzweig garnieren.

Guten Appetit

Rezept by Küchenkarsten www.die-letzte-instanz.com