



Garnelen auf fruchtigem Gurkensalat mit Chili-Ingwer-Dressing

Zutaten

1 Salatgurke
200g Weihenstephan Joghurt mild 3,5% Fett
4 getrocknete Aprikosen
16 Garnelen mit Schale
1 Bund Dill
1 unbehandelte Zitrone
1 Chilischote
30g Ingwerpulver
Salz
Pfeffer
1 TL Olivenöl

Zubereitung

1. Die Gurke schälen, der Länge nach halbieren, mit Hilfe eines Löffels das Kerngehäuse entfernen und die Gurkenhälften in Halbmonde schneiden.
2. Die Garnelen entdarmen und mit etwas Öl in der Pfanne anbraten. 8 Garnelen schälen und für den Salat klein schneiden. Den Rest als Garnitur für den Salat verwenden.
3. Für das Dressing Dill, Aprikosen und entkernte Chilischote klein schneiden. Alle Zutaten mit Weihenstephan Joghurt mild 3,5 % vermischen, Salz, Pfeffer, Zitronenabrieb begeben und mit Ingwerpulver abschmecken.
4. Gurkenhalbmonde und Garnelenstücke auf 4 Tellern anrichten und das Dressing darüber geben. Jeweils 2 ganze Garnelen auf den Salat legen.

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Niveau: einfach