

> Fish and Chips Garnele mit Rucolaioli

Schnelles Urlaubsfeeling auf dem Teller



ZUTATEN:

Für 4 Personen

750 g	Kartoffeln, festkochend
2 Stück	Süßkartoffeln
5 EL	NATURATA Sonnenblumenöl, nativ
2 TL	NATURATA Atlantik Meersalz
16 Stück	Garnelen, küchenfertig
2 Zehen	Knoblauch
2 Zweige	Thymian
2 Zweige	Rosmarin
1 TL	Zitronenabrieb
4 EL	NATURATA Olivenöl, nativ extra
1/2 Bund	Rucola
100 ml	NATURATA Vegane Aioli
2 EL	Zitronensaft
	NATURATA Fleur de Sel

ZUBEREITUNG

- 1.** Kartoffeln und Süßkartoffeln schälen und in 1 cm dicke Stifte schneiden. Anschließend unter fließendem Wasser gut abspülen und auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Die Pommes in eine Schüssel geben, NATURATA Sonnenblumenöl und NATURATA Atlantik Meersalz hinzufügen und alles miteinander gut vermengen.
- 2.** Die Pommes auf mit Backpapier belegtes Backblech im vorgeheizten Ofen bei 220 °C für 15 Minuten backen, wenden und für weitere 15 Minuten backen.
- 3.** Die küchenfertigen Garnelen waschen und auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden. NATURATA Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauchscheiben hinzufügen und kurz anbraten.
- 4.** Die Garnelen in die Pfanne geben, Thymian, Rosmarin und Zitronenabrieb hinzufügen und kurz scharf anbraten. Die Hitze reduzieren und die Garnelen kurz ziehen lassen.
- 5.** Rucola waschen, in einem Mixer zu einer feinen Paste mixen und mit der NATURATA Vegane Aioli vermengen. Mit NATURATA Fleur de Sel und Zitronensaft abschmecken.

Zubereitungszeit: 60 Minuten
Backzeit: 30 Minuten
Temperatur: 220 °C Ober-/Unterhitze