

Ananas Shrimps Pfanne

Zutaten für 4 Personen

Zubereitungszeit 30 Minuten

Schwierigkeit einfach

Zutaten

400 g	Reis
200 g	Shrimps
2	Äpfel
1	Ananas
½ Bund	Stangensellerie
100 g	Kokosblütenzucker oder Rohrzucker
250 ml	Apfelsaft
30 g	frischer Ingwer
2 TL	Ingwer-Lemongrass Würzöl
	Salz und Pfeffer
2 TL	Zitronensaft



Zubereitung

Zubereitung Ingwersauce: Den Ingwer schälen und möglichst fein hacken. Den Zucker im Topf schmelzen lassen, bis er karamellisiert. Ingwer hinzufügen, mit Apfelsaft ablöschen und die Sauce einige Minuten dickflüssig einkochen.

Zubereitung Reispfanne: Die Äpfel waschen, entkernen und in feine Würfel schneiden. Ananas schälen und das Fruchtfleisch würfeln. Stangensellerie waschen und kleinschneiden. Die Shrimps in Ingwer-Lemongrass Würzöl anbraten. Die Apfel-, Ananas- und Selleriestücke zu den Shrimps hinzugeben und einige Minuten mitbraten. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. In tiefen Tellern anrichten und mit Reis servieren.