

**Garnelen mit Chicorée [deutsch]**

4 Personen

**Pesto aus Basilikum**

20 g Basilikumblätter  
 10 g Petersilienblätter  
 60 ml Olivenöl  
 1 TL Parmesan, gerieben  
 1 TL Pinienkerne  
 1/2 Knoblauchzehe  
 wenig Salz, Pfeffer aus der Mühle

**Chicorée**

2 Chicorée  
 2 TL Zucker  
 Salz

**Garnelen**

20 Garnelen  
 3 EL Olivenöl  
 Salz  
 Pfeffer aus der Mühle

**Weiteres**

Feldsalat  
 Endiviensalat

**Pesto aus Basilikum:** Basilikum- und Petersilienblätter waschen und mit Olivenöl, Parmesan, Pinienkerne, Knoblauch, Salz und Pfeffer im Mixer fein pürieren und nochmals abschmecken.

**Chicorée:** Strunk wegschneiden, Chicorée entblättern und Blätter waschen. In einem breiten flachen Topf Zucker etwas braun werden lassen (karamellisieren). Sofort die trockenen Chicoréeblätter hineingeben, leicht salzen und ca. 3 Minuten braten.

**Garnelen:** Garnelen aus der Schale brechen und den Darm entfernen, indem man mit einem kleinen Messer am Rücken leicht einschneidet und den Darm mittels Pinzette oder der Messerspitze herauszieht. Öl in einer flachen Pfanne erhitzen, Garnelen mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen und ca. 2 Minuten braten, dabei wenden.

**Fertigstellung:** Gedünsteten Chicorée und Garnelen auf Tellern anrichten und das leicht erwärmten Pesto darüber geben. Mit Feldsalat und Endiviensalat servieren.

**Variationen:** Für dieses Rezept eignen sich auch Scampi, Shrimps, Riesengarnelen, Krabben, Flusskrebse, Jakobsmuscheln oder auch Fischfilets.

**Tipps:** Gut schmecken Garnelen auch, wenn Sie diese ungeschält auf Spieße stecken und in der Pfanne mit etwas Öl bei mittlerer Hitze 5 - 7 Minuten braten. Würzen Sie die Garnelen mit Cayennepeffer.

**Gamberi con cicoria di Bruxelles [italiano]**

**Pesto di basilico:** Lavare le foglie di basilico e di prezzemolo e frullarle con olio d'oliva, grana, pinoli, aglio, sale e pepe.

**Cicoria:** Eliminare il torso e lavare le foglie. Caramellizzare leggermente lo zucchero in una casseruola. Asciugare bene le foglie di cicoria e metterle a cuocere per circa 3 minuti aggiungendo un po' di sale.

**Gamberi:** Liberare i gamberi dal guscio ed eliminarne con delle pinzette o la punta di un coltellino l'intestino (il filino nero) mediante una leggera incisione sul dorso. Scaldare l'olio in una padella, salare e pepare i gamberi e cuocerli per circa 2 minuti girandoli spesso.

**Servizio:** Disporre la cicoria e i gamberi sui piatti e distribuirvi sopra qualche goccia di pesto. Servire con la lattughella e l'indivia riccia.

**Variazioni:**

Per questa ricetta si possono utilizzare anche scampi, gamberetti, gamberi imperiali, granchi, gamberi di fiume, conchiglie di San Giacomo, ma anche filetti di trota, lucioperca, ecc.

**Consigli:**

I gamberi sono ottimi anche se preparati nel guscio, allo spiedo, e cotti a fuoco medio con un po' d'olio in padella per 5 - 7 minuti. Per condire i gamberi usate del pepe di cayenna.

**Pesto di basilico**

20 g Basilico  
 10 g Prezzemolo  
 60 ml Olio d'oliva  
 1 c Formaggio grana grattugiato  
 1 c Pinoli  
 1/2 Spicchio d'aglio  
 Sale, Pepe macinato al momento

**Cicoria**

2 Cespi di cicoria di Bruxelles  
 2 c Zuccherlo  
 Sale

**Gamberi**

20 Gamberi  
 3 C Olio d'oliva  
 Sale  
 Pepe macinato al momento

**Altro**

Lattughella  
 Indivia riccia

4 persone