

**Jörg Sackmann**  
**Garnelen mit Zitronenschaum und Blumenkohlsalat**

**Freitag, 24. August 2018**  
**Rezept für 4 Personen**

**Dauer: ca. 1 Stunde**  
**Schwierigkeitsgrad: mittel**  
**Feine Küche**

**Zutaten:**

Für den Zitronenschaum

3 Blatt	Gelatine
5	Fleischtomaten
2	Bio-Zitronen
20 ml	Gin
50 ml	weißer Balsamico-Essig
100 ml	Wasser
etwas	Salz
etwas	Zucker
etwas	Piment d'Espelette

Für den Blumenkohlsalat

1	Blumenkohl
etwas	Salz
50 ml	weißer Balsamico-Essig
80 ml	Olivenöl
1 EL	Zitronenöl
etwas	Zucker
etwas	Piment d'Espelette
80 g	Pinienkerne
80 g	Korinthen

Für die Garnelen

12	Garnelen ohne Schale & Darm
etwas	Olivenöl
etwas	Salz
etwas	Piment d'Espelette

außerdem:

etwas	frischer Koriander
-------	--------------------

**Zubereitung:**

1. Für den Zitronenschaum die Gelatine in reichlich kaltem Wasser einweichen.
2. Tomaten waschen, trocken reiben und putzen. Tomaten in Würfel schneiden.
3. Eine Zitrone heiß waschen, trocken reiben und die Schale fein abreiben. Beide Zitronen halbieren und auspressen.



4. Tomaten, Zitronenschale und –saft, Gin, Essig, Wasser, etwas Salz, Zucker und Piment d'Espelette in einen Mixer geben und fein pürieren. Mischung durch ein feines Sieb passieren.
5. Vom passierten Fond 400 ml abmessen. Mit Salz, Piment d'Espelette und Zucker abschmecken.
6. Gelatine ausdrücken, in einem Topf bei schwacher Hitze unter Rühren schmelzen. Den Zitronen-Tomatenfond untermixen.
7. Den Fond in einen großen Sprüh-Syphon füllen, mit 2 Co2-Kartuschen unter Druck setzen. Kalt stellen.  
Tipp: Wer keinen Sprüh-Syphon besitzt, weicht 2 Blatt Gelatine zusätzlich ein und mixt diese ausgedrückt mit unter den heißen Fond. Fond etwa 1 cm hoch in eine flache Form füllen, im Kühlschrank gelieren lassen.
8. Für den Salat Blumenkohl putzen, abspülen, abtropfen lassen und in feine Röschen teilen. Blumenkohl kurz in kochendem Salzwasser bissfest garen. Blumenkohl abgießen, kurz kalt abschrecken, abtropfen lassen.
9. Für die Marinade Essig, Oliven- und Zitronenöl verquirlen. Mit Salz, Zucker und Piment d'Espelette würzen.
10. Blumenkohl und Marinade mischen, abschmecken und kalt stellen.
11. Pinienkerne in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett rösten. Auf einem Teller auskühlen lassen.
12. Garnelen kalt abspülen, gründlich trocken tupfen.
13. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Garnelen darin kurz anbraten. Mit Salz und Piment d'Espelette würzen. Garnelen schräg in feine Stücke schneiden.
14. Blumenkohlsalat in vier Schalen verteilen. Garnelen darauf anrichten. Jeweils etwas Zitronenschaum aufsprühen. Pinienkerne und Korinthen überstreuen. Mit Korianderblätter garnieren und sofort servieren.

Pro Portion: 540 kcal / 2265 kJ

24 g Kohlenhydrate; 27 g Eiweiß; 37 g Fett