



Rote-Linsen-Fusilli mit Frischkäse und Garnelen



Zutaten

Zutaten:	
250 g	Rote-Linsen-Fusilli
1	orange Paprika
1	orange Habanero Chili
100 g	orange Cherrytomaten
	Olivenöl
	Etwas Möhrensaft
	Etwas Wasser
100 g	rote Linsen
	Salz
1 Prise	Kurkuma
	Saft einer 1/2 Orange
200 g	Garnelen
50 g	Aprikosen Konfitüre
2 EL	Cocktailsoße
100 g	Frischkäserolle Paprika Chili

Rezeptinfo

Zutaten für 2 Portionen

Zubereitungszeit: ca. 25 Min.

pro Portion: 4498 kJ, 1075 kcal, 129 g Kohlenhydrate, 67 g Eiweiß, 33 g Fett, 135 mg Cholesterin, 4 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten: € €

Zubereitung

Du hast Lust etwas neues auszuprobieren? Kein Problem, wir haben da etwas für dich. Im Rahmen dieser Black Box Challenge dürfen nur Zutaten verwendet werden, die Orange sind. Deshalb beinhaltet das Rezept viele leckere orangene Zutaten, wie zum Beispiel Linsennudeln, Garnelen, Möhrensaft und Cocktailsoße. Bist du bereit für die Challenge? Dann probiere dieses Nudel-Rezept mal aus. So einfach geht's:

Step 1:

Zunächst die Linsennudeln nach Packungsanweisung kochen und währenddessen die Paprika in feine Würfel und die Chili in feine Scheiben schneiden. Die Tomaten halbieren und dann mit etwas Öl in einer Pfanne goldbraun anbraten. Dazu gibst du dann die Chilischeiben und die Paprikawürfel. Nun löscht du das Gemüse mit einem Schluck Möhrensaft sowie einem Schluck Wasser ab und gibst dann die roten Linsen dazu. Alles noch mit etwas Salz, Kurkuma und Orangensaft würzen und dann für ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Step 2:

Nun kannst du die Garnelen in etwas Olivenöl goldbraun anbraten. Anschließend auf jede einzelne Garnele etwas Aprikosen Konfitüre geben und ein wenig salzen.

Step 3:

Zum Anrichten gibst du die Cocktailsoße in eine Schale und drapiert die Garnelen außen rum, sodass der Look eines Krabbencocktails entsteht. Dann gibst du die Nudeln auf einen Teller und verteilst die Soße obendrauf. Den Rest der Orange sowie die Frischkäserolle in feine Scheiben schneiden und jeweils zwei Scheiben als Deko auf die Nudeln legen.