



verantwortungsvoller  
Fischgenuss



Informationen zur Transparenten Fischerei unter  
[www.fjordkrone.de](http://www.fjordkrone.de)

# Rezept des Monats

## Kokossuppe mit Rote Bete und King Prawns Riesengarnelenschwänze

### Zutaten für 4 Portionen:

225 g Fjordkrone Riesengarnelenschwänze Natur  
(1 Packung)  
400 g Rote Bete  
400 ml Kokosmilch  
400 ml Bio Sonne Gemüsebrühe  
1 Stück Ingwer (3 cm)  
1 unbehandelte Bio-Orange  
1 Bund Lauchzwiebeln  
3 EL Frisan Rapsöl  
1 Bund Koriander  
2 Limetten  
Salz und Pfeffer aus der Mühle



### Zubereitung

Die Riesengarnelen auftauen lassen. Die Rote Bete schälen und in Würfel schneiden (ca. 2x2 cm). Den Ingwer schälen und fein hacken. Die Orange heiß waschen, trocknen und die Schale abreiben. 1 EL Rapsöl in einem Topf erhitzen. Die Rote Bete darin anschwitzen. Den Ingwer und die Orangenschale dazugeben und alles mit der Gemüsebrühe und Kokosmilch ablöschen.

Für ca. 20 Minuten köcheln, bis die Rote Bete bissfest gegart ist. Währenddessen das restliche Rapsöl in einer Pfanne erhitzen.

Die Garnelen trocken tupfen und darin anbraten, mit etwas Limettensaft, Salz und Pfeffer würzen. Die Frühlingszwiebeln schräg in Ringe schneiden. Den Koriander waschen, trocken tupfen und die Blätter abzupfen.

Die fertige Suppe in 4 Suppenschüsseln geben und die gebratenen Garnelen darauf aufteilen. Mit den Frühlingszwiebeln und den Korianderblättern bestreuen und mit Limettenspalten servieren.

Guten Appetit!

Eine leckere Rezeptidee von **NORMA**