



Hummus mit SwissShrimps und Muscheln

Hummus mit gebratenen SwissShrimps und Muscheln ist eine leckere Vorspeise, kann aber auch bestens im Sinne eines «Sharing Dishes» in die Mitte des Tisches gestellt werden. Hummus zuzubereiten, ist ganz einfach, braucht aber Zeit: Am besten schmeckt er, wenn er einen Tag im Kühlschrank gestanden hat. Doch servieren sollte man ihn stets bei Zimmertemperatur, damit er sein Aroma entfalten kann.



ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN

| | |
|-------|--------------------------------|
| 150 g | getrocknete Kichererbsen |
| 150 g | Tahina (Sesampaste) |
| 1 EL | frisch gepresster Zitronensaft |
| ½ | Knoblauchzehe, gepresst |
| ½ TL | Salz |
| ½ dl | Eiswasser |
| 150 g | SwissShrimps |
| 100 g | Vongole (Venusmuscheln) |
| ½ dl | Sonnenblumenöl |
| ½ | Knoblauchzehe, klein gehackt |

| | |
|--------|---|
| | Salz |
| | schwarzer Pfeffer aus der Mühle |
| ½ Bund | frische, glattblättrige Petersilie, klein gehackt |
| ½ | Zitrone, Saft |
| 2 EL | Olivenöl |

*Orientalische
Spezialität*



ZUBEREITUNG

1. Am Vorabend: Für den Hummus die Kichererbsen waschen, in eine grosse Schüssel mit mindestens der doppelten Menge an lauwarmem Wasser geben und über Nacht einweichen lassen. Am nächsten Morgen das Wasser abgiessen, die Kichererbsen spülen und in einen Kochtopf geben. 1,5 Liter Wasser beifügen und aufkochen lassen. Hitze reduzieren, ca. 30 Minuten köcheln lassen, bis die Kichererbsen sehr weich sind.
2. Wasser abgiessen, Kichererbsen erneut spülen und mit dem Mixer pürieren. Zitronensaft, Tahina, Knoblauch und Salz untermixen. Langsam das Eiswasser einfliessen lassen, einige Minuten weiter pürieren, bis der Hummus cremig ist.

Sonnenblumenöl in einer Bratpfanne erwärmen, den Knoblauch bei mässiger Hitze darin andünsten. Die Shrimps dazugeben, Hitze erhöhen, Shrimps beidseitig ca. 1 Minute anbraten, bis sie eine schöne orange-rosa Farbe angenommen haben. Shrimps mit Salz, einigen Umdrehungen Pfeffer und der Hälfte der Petersilie würzen. Mit etwas Zitronensaft und Olivenöl beträufeln, mit Alufolie zudecken und warm stellen. Die Bratpfanne nicht ausspülen.

Die Muscheln unter fliessendem kaltem Wasser abspülen, geöffnete oder beschädigte Muscheln wegwerfen. Muscheln in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben. (Sie müssen ganz mit Wasser bedeckt sein, damit sie sich selbst reinigen können.) Die Muscheln nochmals unter fliessendem, kaltem Wasser spülen. Muscheln in die Pfanne geben und bei starker Hitze ca. 8 Minuten im verbliebenen Öl dünsten, bis sich alle Muscheln geöffnet haben. Muscheln, die geschlossen bleiben, aussortieren und wegwerfen.

3. Muscheln mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit der restlichen Petersilie bestreuen. Anrichten: Auf jeden Teller etwas Hummus streichen, Shrimps und Muscheln auf dem Hummus verteilen.

Dazu passt: Fladenbrot.

Zubereitung als Video



Webshop



Alle Rezepte auf
www.swissshrimp.ch/rezepte