



SÜDAFRIKANISCHER ROCKLOBSTER

GEPART MIT ORANGEN-VANILLE MARINADE AUF ROTEM CAMARGUE-REIS

Erste Lachsräucherei der Schweiz



ZUBEREITUNG

Marinade:

Vanille-Schote längs halbieren und Mark mit einem Messer herauskratzen, Butter in einer Pfanne schmelzen mit Orangensaft ablöschen, Orangenzeste (Abrieb) und Vanillemark und ein EL Olivenöl dazugeben. Das ganze ca. auf 1/3 einreduzieren.

Rocklobster:

Rocklobsterschwänze unter fließendem Wasser auftauen, trockentupfen, weichen Brustpanzer mit der Schere vollständig aufschneiden.

Fleischseite mit der Marinade beträufeln und im Kühlschrank ca. 2 Std. ziehen lassen, ca. 20 Minuten vor dem Grillieren aus dem Kühlschrank nehmen.

Roter Camargue-Reis gemäss Verpackungsangabe kochen.

Die Grillzeit der Lobsterschwänze beträgt ca. 8-10 Minuten. Damit beides gleichzeitig fertig wird, die Kochzeiten des Reises und der Lobsterschwänze miteinander abgleichen. Sollte der Reis früher fertig sein, kann dieser noch einige Minuten warmgestellt werden.

Die Schwänze zuerst auf der Schalenseite ca. 4 Minuten grillieren, offene Fleischseite nochmal mit der Marinade beträufeln, danach wenden und ca. 3 Minuten auf der Fleischseite weitergrillieren. Nochmals auf die Schalenseite drehen, 2 Minuten fertig grillieren und nochmals marinieren, mit wenig Fleur de Sel und Pfeffer würzen (Kontrollpunkt: Wenn sich das Fleisch aus der Schale lösen lässt, ist der Lobster gar).

Roter Camargue-Reis in der Tellermitte anrichten, je 2 Schwänze oben hübsch drapieren und nochmals grosszügig mit der Marinade beträufeln, mit dem gehackten Koriander ausgarnieren.

EN GUETE

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 8 Stk. südafrikanische Rocklobsterschwänze entdarmt (tiefgekühlt oder aufgetaut) mit Schale ca. 80/120 g (oder Langustenschwänze ca. 140 g)
- 50 g Butter
- 2 dl Orangensaft
- 1 Orange
- 1 Limette
- 1 Vanille-Schote
- 1 Bündchen Koriander oder Peterli, gehackt
- Olivenöl
- «Fleur de Sel» oder Salz aus der Mühle
- Pfeffer
- 1 Packung roter Camargue-Reis



Weitere Infos wie man Hummerschwänze mit Schale richtig vorbereitet im Link (erste 35 Sekunden).