

Kochen mit icookyoudothedishes

Spaghetti mit Fenchel und Garnelen

<https://meisterkoch.com/pages/rezept-icookyoudothedishes>

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Zutaten für 5 Personen:

10 große rohe Garnelen mit Kopf und Schale
1 frischer Fenchel
1 Zwiebel
1 rote Pepperschote
1 chinesische Knoblauchknolle (oder 2 normale Zehen)
100 ml Weißwein
1 Dose Tomaten
½ Bund Petersilie
Salz
Pfeffer
Olivenöl
500 g Spaghetti
2 El Butter



Zubereitung

1. Mit einer Haushaltsschere die Köpfe der Garnelen abschneiden. Den Panzer längs einschneiden und den Darm entfernen. Garnelenschwänze schälen. Schalen und Köpfe waschen und abtropfen lassen. 2 El Öl in einem Topf erhitzen. Garnelenköpfe und Schalen darin bei starker Hitze anrösten.
2. Das Grün vom Fenchel klein schneiden, die Zwiebel in Streifen schneiden und die Hälfte der Peperoni von den Kernen befreien. Alles zu den Schalen in den Topf geben und kurz mit rösten. Die Hälfte des Knoblauchs grob hacken und ebenfalls dazu geben. Mit dem Weißwein ablöschen und 200 ml Wasser dazugeben. 15 Minuten köcheln lassen.



3. Den Fenchel in Würfel schneiden und in etwas Olivenöl bei mittlerer Hitze für 5 Minuten anbraten. Den Rest der Peperoni und des Knoblauchs fein schneiden und in die Pfanne geben, sobald der Fenchel etwas Farbe bekommen hat.
4. Die Dosentomaten in die Pfanne geben und grob zerstoßen. Den Garnelenfonds abseihen und zu der Fenchel-Tomaten-Mischung geben. Alles aufkochen lassen. Ordentlich salzen und pfeffern, gehakte Petersilie dazu geben. Das Garnelenfleisch in Stücke schneiden, einige Schwänze für die Optik ganz lassen.
5. Die Spaghetti im Meisterkoch-Spaghettitopf und reichlich gesalzenem Wasser nach Packungsanweisung al Dente kochen.
6. Die Garnelen in die Sauce geben und fünf Minuten gar ziehen lassen. Die Sauce mit kalter Butter abbinden. Zum Schluss die noch nassen Spaghetti in die Sauce geben. Alles gut vermengen, mit etwas Petersiele garnieren und servieren.