

Gespießte Garnelen im Roquefort-Speckmantel auf Orangendressing mit Aloe Vera

ZUTATEN für 4 Spieße:

16 Garnelen
1 Paprika
1 Zwiebel
16 Scheiben durchwachsenen Schinkenspeck
100 g Roquefort
Öl und Butter

Fürs Dressing:

Saft aus 2 Orangen und 1 geriebene Orangenschale
1 EL Balsamico
1 EL Sojasoße
1 EL Quark
50 ml Aloe Vera Gel
50 ml Olivenöl
Natursalz und Pfeffer

Blattpetersilie oder Minzblätter als Dekoration

Zubereitung:

Garnelen ausnehmen, Paprika und Zwiebel in Würfel schneiden. Speck mit Roquefort bestreichen. Garnelen damit umwickeln. Anschließend werden die Krustentierchen abwechselnd mit den Zwiebel- und Paprikawürfeln auf den Spieß gesteckt.

Spieß in der Pfanne mit etwas Öl und Butter goldbraun braten.

Alle Zutaten für das Dressing im Mixer pürieren. Geben Sie das Dressing auf einen Teller, legen Sie die Spieße darauf und dekorieren Sie das Ganze mit Blattpetersilie oder Minzblätter.

Guten Appetit wünscht Ihnen

Pascal