

# Spargelnudeln, Limetten-Garnelen und Speck-Chips

Vor-/Zubereitungszeit ca. 65 Minuten

## Zutaten für 4 Portionen

20 große Garnelen (mit Schale, ohne Kopf, evtl. TK)  
1,5 kg weißer Spargel (möglichst dicke Stangen)  
1 Knoblauchzehe  
1 Limette (Bio)  
2 dünne Scheiben Schinkenspeck  
1 TL neutrales Öl  
100 g geriebenen Parmesan  
2 EL Olivenöl  
100 ml Weißwein  
200 ml Fischfond  
3 EL Butter  
Salz, Pfeffer  
1/2 Bund Estragon  
1 EL rosa Pfefferbeeren

## Zubereitung

1. Garnelen auftauen lassen. Spargel schälen, holzige Enden wegschneiden. Spargel mit Sparschäler längs in dünne Streifen hobeln. Knoblauch abziehen, fein würfeln. Limette heiß waschen und 1 TL Schale abreiben. Saft auspressen.
2. Speck ganz fein würfeln, im Öl kross anbraten. Abgekühlt mit Käse mischen. Backofen auf 200 Grad (Umluft: 180 Grad) heizen. Backpapier auf zwei Bleche legen. Mit reichlich Abstand Speck-Käse-Masse als Häufchen daraufsetzen. In ca. 5 Minuten kross backen.
3. Garnelen schälen, Schalenstück am Schwanzende evtl. dranlassen. Schwarzen Darmfaden entfernen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Garnelen und Knoblauch darin ca. 5 Minuten braten. Aus der Pfanne heben, warmhalten. Wein, Fond und Limettensaft in die Pfanne geben, Sauce etwas einkochen.
4. In einer großen Pfanne 2 EL Butter und etwas Wasser erhitzen, Spargel darin zugedeckt ca. 3 Minuten dünsten. Übrige Butter (1 EL) in die Sauce rühren, Sauce salzen, pfeffern. Estragon hacken. Sauce mit Spargel, Estragon mischen. Garnelen mit Limettenschale würzen, mit rosa Pfeffer bestreuen. Sauce, Garnelen und Speck-Chips anrichten.

Pro Portion: 655 kcal/2760 kJ; 11 g Kohlenhydrate, 56 g Eiweiß, 39g Fett