

Sautierte Heuschreckenkrebse und Garnelen

Vorbereitungszeit: 30 min

Schwierigkeitsgrad: Leicht



Zutaten

- Etwas Basilikum:
- Etwas Petersilie:
- Etwas Pfeffer:
- Etwas Salz:
- Frische, saubere Garnelen: 20
- Frische, saubere Mantis-Garnelen: 12
- Zwiebel: ½

Vorbereitung

Die gehackte Zwiebel mit etwas Öl anbraten, dann die zuvor gereinigten und in Stücke geschnittenen Heuschreckenkrebse und Garnelen dazugeben.

Das zuvor abgetropfte **Pomito Tomatenfruchtfleisch in Stücken** hinzugeben und ca. 10 Minuten kochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Sauté auf einen Teller geben, frische Petersilie und Basilikum dazugeben und servieren.

**Für dieses Rezept
haben wir
verwendet:**

Tomaten in Stücken
200 gr

