Aurélie Bastian
FRANZÖSISCH KOCHEN

Rezept online aufrufen



# GEBRATENE LANGUSTINEN (KAISERGRANATE AUS DEM OFEN)

**ZUBEREITUNG: 15 MIN. · BACKZEIT: 10 MIN.**

Bei Meeresfrüchten und Co ist es nicht immer einfach, sich für ein Rezept zu entscheiden. Sollten man ein Rezept mit Sauce nehmen? Einfach das Ganze dampfkochen und „pur“ genießen? Kann man sie auf dem Grill braten? Oder auch zu Hause im Backofen backen?

Für mich ist es wichtig, die Qualität der Produkte zu respektieren und sie mit den passenden Zutaten zu kombinieren. Eine Sauce ja, aber nur, wenn es nicht den zarten Geschmack der Langustinen abdeckt.

Deswegen zeige ich euch hier ein Basisrezept für gebratene Langustinen, die auch für andere Meeresfrüchte, Hummer oder Garnelen passt. Und ja, dieses Rezept funktioniert auch auf dem Grill.

## Zutaten für 3-4 Personen:

12 Langustinen (Kaisergranate), 3 EL Olivenöl, 2 EL Cognac, Piment d’Espelette, der Saft einer halben Zitrone, 1 Knoblauchzehe, 1 Schalotte, Fleur de Sel (aus der Camargue für mich).

**1-** Die Langustinen wie abgebildet aufschneiden. Den Darm entfernen und kurz waschen. Die Zangen an einer Stelle eindrücken, sodass man sie nach dem Backen einfacher aufbrechen und essen kann.

**2-** In einer kleinen Schüssel das Olivenöl geben, den zerdrückte Knoblauchzehe, die klein geschnittene Schalotte, den Zitronensaft, den Cognac und das Piment d’Espelette. Rühren.

**3-** Die halbierten Langustinen in einer Auflaufform geben. Die Marinade auf den Langustinen verteilen und ein bisschen Fleur de Sel bestreuen. Jetzt geht es in den Backofen bei **180 °C für 10 Minuten**.

Et voilà,

**Es war einfach lecker! Ein kleines Glas Weißwein und ein bisschen Baguette dazu servieren. Mehr braucht man nicht.**

**Bon Appétit**

---

Hat es dir und deinen Gästen geschmeckt? Dann gib die Quelle gern weiter.

Dieses Gericht stammt aus einem Rezept von
Aurélie Bastian
**www.franzoesischkochen.de**