



Meeresfrüchte-Sommern Gemüse im Glas

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Schwierigkeitsgrad: einfach

Zutaten für 4 Personen:

450g Frutti di Mare, vorgekocht

1 EL gehackter Knoblauch

3 Tomaten

1 Zucchini

2 gelbe Paprika

2 Bündel Basilikum

100g Parmesan-Späne

Saft von 2 Zitronen

10cl Olivenöl

Salz, Pfeffer



Zubereitung:

1. Die Meeresfrüchte auftauen und abtropfen lassen. 2 bis 3 Minuten bei starker Hitze, mit Zugabe von Salz und Pfeffer, anbraten.
2. Die Tomaten, Zucchini und Paprika in sehr kleine Würfel schneiden.
3. Das Olivenöl mit dem Zitronensaft, dem gehackten Basilikum, dem gehackten Knoblauch, sowie dem Salz und dem Pfeffer vermengen und beiseite stellen.
4. Die Meeresfrüchte und das Gemüse separat mit dem Gemisch bestreichen.
5. In einem Glas die Zutaten in mehreren Schichten hineingeben und zum Schluss die Meeresfrüchte oben drauf geben. Mit ein paar Parmesan-Spänen dekorieren.