

**Naam:**

***Tropische garnaal***



**Herkomst:**

Zowel kweek als visserij (in ongeveer gelijke hoeveelheden).

**Kleur:**

Variërend van wit over roze naar bruin en grijs. De verschillende kleuren hebben betrekking op de soort. Zo zijn bijvoorbeeld Black Tigers grijs/zwart gestreept en is de soort 'Litopenaeus vannamei' doorgaans lichter van kleur. Indien gekookt zijn ze allemaal roze/rood van kleur.

**Lengte:**

Zeer uiteenlopend van 2 cm tot 20 cm.

**Voedsel:**

Kweek: garnalenvoeder bestaand uit onder andere vismeel / wild: plantaardig materiaal, voornamelijk plankton.

**Leefgebied:**

De tropische garnalen uit de wildvangst die beschikbaar zijn op de Nederlandse markt komen meestal voor op een zanderige bodem in tropische wateren, van ondiep tot maximaal 100 m diepte. De kweek van tropische garnalen vindt plaats in vijvers langs de kust.

**Verspreiding:**

Voor zowel kweek als visserij onder andere Zuid Amerika en Azië.

WIST U DAT GARNALEN HEEL DIVERS TE GEBRUIKEN ZIJN EN LEKKER  
SMAKEN IN ZOWEL WARMTE ALS KOUDE GERECHTEN.  
DE SMAAK IS NEUTRAAL EN LEKKER VOOR IEDEREEN.

## Tijgergarnalen met groene groente

*Hoofdgerecht voor 2 personen*

*Bereidingstijd: 20 minuten*

*Voedingswaarde per portie: 190 kCal / 800 kJ*

### Ingrediënten

250 g (diepvries) tijgergarnalen, ontdooid

100 g sugarsnaps

200 g broccoliroosjes

3 bosuitjes, in stukken van 3 cm

3 eetlepels roerbakolie

1 teen knoflook, gehakt

2 cm verse gemberwortel, geraspt

1-2 eetlepels zoete chilisaus

1 eetlepel sojasaus

Productschap

**VIS**



natuurlijk verantwoord

[www.visrecepten.nl](http://www.visrecepten.nl)



Kook de sugarsnaps en broccoli in ruim kokend water in 3-4 minuten beetgaar. Spoel ze in een vergiet af onder koud water en laat ze goed uitlekken. Verhit de olie in een wok en roerbak de knoflook en gember tot het lekker gaat ruiken. Schep de sugarsnaps, broccoli en bosui erbij en roerbak 2 minuten. Voeg de garnalen toe en roerbak nog 2 minuten. Breng het gerecht op smaak met chilisaus en sojasaus en warm nog even door. Lekker met pandanrijst.

## Wist u dat ...

- ... een aantal kwekerijen is gecertificeerd volgens Best Aquaculture Practices (BAP) of het GLOBALG.A.P. certificering. Deze certificeringen garanderen dat de productie aan een aantal standaarden voldoet, bijvoorbeeld op het gebied van voedselveiligheid en impact op het milieu.
- ... er ook biologische garnalen bestaan; deze zijn gekweekt volgens hele specifieke methodes om het product zo natuurlijk mogelijk te houden.
- ... veel Nederlandse importeurs actief zijn om de kweekbedrijven en visserijen in het buitenland te ondersteunen bij het ontwikkelen van hun bedrijfsvoering op het gebied van duurzaamheid.
- ... tropische garnalen altijd diepgevroren worden getransporteerd naar Nederland. Ze zijn het hele jaar door verkrijgbaar.
- ... tropische garnaal op verschillende manieren op de markt worden gebracht: rauw, gekookt, gepeld, deels gepeld, ongepeld, diepgevroren of gekoeld. Daarnaast worden ze ook in kant-en-klare producten verwerkt.

Productschap

**VIS**



natuurlijk verantwoord