

Salat aus violetten Möhren

Zutaten für 4 Portionen:

1 kg violette Möhren – 3 Schalotten – 2 Knoblauchzehen – 4 EL Olivenöl – Salz – *Paprika-Walnuss-Paste*: 1 Scheibe trockenes Weißbrot – 2 EL Paprikamark (oder zwei rote Paprika halbieren, mit der Außenseite nach oben im Ofen rösten und die Haut abziehen) – 7-8 Walnusskerne – 1 Prise gemahlener Koriander – 1 Prise gemahlener Kreuzkümmel – 1 Prise edelsüßes Paprikapulver – Zitronensaft – 2 EL Joghurt – Olivenöl – Petersilie

Zubereitung:

- Die Möhren waschen, schälen und grob reiben
- Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln
- Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Schalotten darin andünsten
- Knoblauch, geriebene Möhren und Salz zugeben
- Bei mittlerer Hitze unter Rühren braten bis sie Farbe bekommen.
- Beiseite stellen und abkühlen lassen
- Für die Paprika-Walnuss-Paste das Weißbrot in Wasser einweichen und ausdrücken
- Mit den übrigen Zutaten –bis auf den Joghurt – in einer Küchenmaschine zu einer Paste zerkleinern
- Joghurt unterrühren
- Petersilie waschen, trocken schütteln und klein hacken
- Die Hälfte der Paprika-Walnuss-Paste mit den abgekühlten Möhren mischen. Mit Olivenöl beträufeln und mit der gehackten Petersilie bestreut servieren
- Reichen Sie dazu die restliche Paprika-Walnuss-Paste und ein frisches Weißbrot

Rezept nach: 30 Minuten Gemüseküche von Katharina Seiser

Wir wünschen guten Appetit!

