

REZEPT DER WOCHE

KW 45 04.11. – 10.11.2024

Lauwarmer Zuckerhutsalat

(Für 4 Portionen)



Das brauchen Sie:

1	Zuckerhut	(Art.Nr. 219)
2	Möhren	(Art.Nr. 300)
½	Lauchstange	(Art.Nr. 406)
2 TL	Kümmel	(Art.Nr. 8142)
4 TL	Salz	
4 TL	Rohrzucker	(Art.Nr. 5291)
Etw.	Apfelessig	(Art.Nr. 8664)
50 ml	Bratöl	(Art.Nr. 8071)
1 Schluck	vegane Sahne	(Art.Nr. 14017)
½ Bund	Schnittlauch	(Art.Nr. 452)

Und so geht's:

Für den Salat die Möhren und den Lauch in reichlich Öl anschwitzen. Wenn das Gemüse leicht glänzend ist, Salz, Zucker und Kümmel hinzufügen. Noch einen Moment auf der Hitze lassen und mit einem Schuss Essig ablöschen.

Kurz verdampfen lassen, einen Schluck vegane Sahne dazu, dann den Zuckerhut aufschneiden und dazugeben. Von der Hitze nehmen und ziehen lassen. Schnittlauch in feine Ringe schneiden und garnieren.

Wir wünschen Ihnen gutes Gelingen!

DECKERSBIOHOF

Ottenhofener Straße 27
77815 Bühl-Weitenung

Telefon 07223 8062230
E-Mail info@deckersbiohof.de