

ORIENTALISCHE KAROTTENPASTE



2 Karotten
10 g vegane Butter oder Öl
1 TL Salz
1 Knoblauchzehe
1 EL Zitronensaft
ggf. Zitronenschalenabrieb
½ TL Kreuzkümmel
½ TL Harissa

Klimatipp

Karotten eignen sich super, da sie als Lagergemüse stets regional bezogen werden können.

Die Karotten waschen und in etwa 1 cm große Stücke schneiden. Die Karottenstücke in der Butter anbraten und anschließend so viel Wasser zugeben bis die Karotten bedeckt sind. Salz hinzufügen und circa 20 Minuten kochen lassen, bis die Karotten schön weich sind. Die Karotten abgießen und fein pürieren. Knoblauch, Zitronensaft, Zitronenabrieb, Kreuzkümmel, Harissa und Öl untermischen. Fertig ist die orientalische Karottenpaste. Kalt oder bei Zimmertemperatur mit Brot servieren und genießen.

