

Petersilienwurzel-Möhren -Salat

500g Karotten – 500g Petersilienwurzel – 2 Schalotten – 1 EL mittelscharfer Senf – 1 TL Honig – 1 EL Balsamico , - 3 EL weißer Balsamico - weißer Pfeffer

Die Petersilienwurzeln und Möhren waschen, schälen und in wenig Salzwasser etwa 10 bis 15 Minuten bissfest kochen. Das Gemüse in kaltem Wasser abschrecken und in Scheiben schneiden. Die Schalotten schälen und fein hacken.

Honig, Senf und den beiden Essigsorten zu einer Vinaigrette verrühren, diese mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen. Das Gemüse darin marinieren und gut durchziehen lassen.

Die Haselnuskerne hacken und in einer beschichteten Pfanne ohne Fett leicht anrösten.

Den Salat vor dem Servieren abschmecken und die gerösteten Haselnüsse darüber streuen.

Guten Appetit!



Karotten-Petersilienwurzel Nudelsoße

500g Karotten – 500g Petersilienwurzel – 4 TL Zucker – 400 ml Wasser oder Wein– Salz, Pfeffer, Chili – 4 EL Creme fraiche – 2 Knoblauchzehen - frische Petersilie

Den Knoblauch klein hacken und in einem hohen Topf mit etwas Öl anschwitzen. Wenn der Knoblauch golden ist, Karotten und Petersilienwurzel, klein geschnitten, dazugeben. Mit einem TL Zucker alles ein wenig karamellisieren lassen. Zum Ablöschen 200 ml Wasser oder Wein dazugeben. Garen lassen.

Alles zu einem sämigen Brei zerkleinern, Creme fraiche, Salz, Pfeffer, etwas Chili dazu, zum Schluss die frische Petersilie. Schmeckt toll zu Nudeln, die etwas breiter sind und mehr Soße aufnehmen.

Guten Appetit!

