

Spanischer Möhrensalat

Ensalada de zanahoria

Zutaten für 4 bis 6 Portionen :

500 g Möhren,
2 Knoblauchzehen,
3 EL Weißweinessig,
4 EL Olivenöl, kaltgepresst,
Salz,
schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen,
1 TL Kreuzkümmel, frisch gemahlen,
½ TL mildes Paprikapulver,
1 EL frische Oreganoblättchen.



Zubereitung :

Möhren schälen, in einem Topf legen und knapp mit Wasser bedeckt aufkochen. Zugedeckt, je nach Größe der Möhren 15 bis 20 Minuten bei mittlerer Hitze garen.

Knoblauch schälen, sehr fein hacken und in einer Schüssel mit Weißweinessig, Olivenöl, Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel, Paprika und (fein gehackten) Oreganoblättchen verrühren.

Möhren in einem Sieb abtropfen lassen und in ½ cm dicke Scheiben schneiden. Die Möhrenscheiben in der Marinade wenden und am besten über Nacht ziehen lassen.

Hinweis der Aalener Kochbären :

Das Rezept stammt aus : : Küchen der Welt : Spanien – und ist dort genau so beschrieben.

Frischer Oregano ? Oregano kann auch bei uns im Garten angebaut werden. Unserer ist jetzt (2007) drei Jahre alt und hat die letzten Winter gut überstanden.

Kreuzkümmel ist ein orientalisches Gewürz, ähnelt im aussehen dem Kümmel oder dem Anis. Der Geschmack unterscheidet sich deutlich vom Kümmel – und vom Anis sowieso. Wir haben ihn als ganze Körner in einer Gewürzmühle – und frisch gemahlen vorsichtig dosiert.