



Bunte Butter-Knoblauch-Karotten

Rezepte vom LAISEACKER



Zutatenliste (4 Personen):

Jeweils 200g gelbe, orangene und lila Karotten, 50g Butter (z.B. Alsan bio), 6 große Knoblauchzehen, 2 EL Apfeldicksaft, ½ Bund Petersilie

Zubereitung:

1. Die Karotten gut waschen und nach Belieben Schälen. Hier sind Sie geschält. Anschließend in mundgerechte Stücke schneiden und in eine Schüssel geben.
2. In einem Topf Butter zerlassen und andünsten, bis sie bräunlich ist.
3. Knoblauchzehen schälen und in die Butter pressen. Dabei darauf achten, dass die Temperatur nicht zu hoch ist, damit der Knoblauch nicht anbrennt. Butter und Knoblauch vermischen.
4. Den Ofen auf 180°C Umluft einstellen und 2 EL des Apfeldicksaft zur Butter im Topf geben. Den Dicksaft karamellisieren lassen und alles gut vermischen.
5. Die süße Butter-Knoblauchmasse über die Karottenstücke geben, gut mischen und alles auf einem Backblech mit einer geeigneten Backunterlage auslegen. Für circa 20-25 Minuten im Ofen backen.
6. Währenddessen Petersilie waschen, von den groben Stielen befreien und fein hacken. Nachdem die Karotten aus dem Ofen kommen, die frische Petersilie untermischen. Die Knoblauchkarotten eignen sich perfekt als Beilage in frischen Bowls, zu Fisch oder zu Fleisch.

Viele weitere tolle Rezeptideen finden Sie auf www.laiseacker.de.

Guten Appetit

