

Dein Gemüsebox-Rezept

Posteleinsalat und Blaue Möhren-Carpaccio

Zutaten für 2 Personen

2 Hand voll (etwa 100 gr) Postelein

2 Blaue Möhren (Urkarotten)

4 EL Pflanzenöl

3 EL Essig

1 EL Honig oder Agavendicksaft

Gewürze: Salz, Pfeffer

Zubereitung

- Postelein vorsichtig waschen und abtropfen lassen.
- Die Möhren unter fließendem Wasser gut abkühlen, Wurzel- und Stielansatz entfernen und möglichst schräg in sehr feine Scheiben hobeln bzw. schneiden. Je dünner, desto schneller zieht das Carpaccio durch.
- Die Scheiben sternförmig überlappend auf einen Teller legen.
- Den Essig mit Öl, Honig oder Agavendicksaft und Salz verrühren.
- Etwa die Hälfte der Flüssigkeit gleichmäßig über die Möhren gießen, evtl mit einem Löffel verteilen, so dass alle Scheiben benetzt sind.
- Zudecken und mindestens 15 Minuten ziehen lassen.
- Den Postelein mit dem Rest der Essig / Öl-Mischung in einer Schüssel vermengen.
- Auf dem marinierten Möhren Carpaccio anrichten, mit frisch gemahlenen Pfeffer würzen. Dazu schmeckt unser Pesto – Guten Appetit!

Einer für alle und alle für einen! Bestelle jetzt unsere Gemüse- und Fischboxen als Sammelbestellung für Dich und Deine Mitwirkenden. Ab 5 Boxen, die zeitgleich an einen Ort wie Büro, Verein oder Praxis geliefert werden, gibt es Sonderkonditionen! Infos auf unserer Webseite unter Shop, Firmenbestellungen. www.stadtfarm.de