heute gibt es...

Glasierte Möhren

Zutaten: (für 4 Personen)

- 500g Möhren mit Grün (junge bzw. kleine sind besser)
- 25g Butter
- 10g Zucker
- 1 Prise Salz
- 125g Gemüsebrühe
- etwas frische Petersilie

Zubereitung:

1. Das Möhrengrün bis auf etwa 1cm entfernen und die Möhren schälen.
2. Butter, Zucker und Salz in eine Pfanne geben und bei mittlerer Hitze unter Rühren schmelzen. Die Möhren hinzugeben und unter Wenden für 2-3 Minuten anschwitzen.
3. Nun die Gemüsebrühe dazugeben und bei geschlossenem Deckel bei mittlerer Hitze die Möhren so lange kochen, bis diese gar sind. Dabei diese immer wieder wenden.
4. Die Petersilie waschen, fein hacken und beim Servieren über die Möhren streuen.

Tipps:

- Die Möhren können auch in Scheiben geschnitten werden. Dadurch verkürzt sich die Garzeit. Ebenfalls möglich ist es bei größeren Möhren diese für wenige Minuten in kochendem Wasser zu garen und anschließend in der Pfanne zu glasieren.
- Zum Süßen kannst du statt Zucker auch Honig oder Ahornsirup verwenden.
- Für eine süßsaure Variante, lösche die Möhren nach dem Anschwitzen mit hellem (bzw. bei Urkarotten kannst du auch dunklen nehmen) Balsamico-Essig ab. Hier mein Rezept für Balsamicomöhren.
- Entsorge das Karottengrün nicht, sondern bereite ein leckeres Karottengrün-Pesto daraus zu!