



GRUNDSCHULE
Taufkirchen (Vils)



KULINARIA
RESTAURANT • BAR • CAFÉ

& www.creafood.de

Möhren schneiden und zubereiten



Das Grün und das Wurzelende abschneiden. Möhren waschen, trocken tupfen und mit einem Sparschäler dünn schälen. Junge Möhren nur mit einer Gemüsebürste abbürsten.

Möhren zum Dünsten in gleichmäßig runde oder schräge Scheiben schneiden oder würfeln. Fürs Zubereiten im Wok längs in grobe Stücke teilen und dann in dünne Streifen schneiden (Julienne).

Die Möhren unter fließendem Wasser gründlich abbürsten, wenn nötig ganz dünn schaben - nicht schälen. 50 g Butter in einem Topf erhitzen, den Zucker hinein geben und unter ständigem Rühren karamellisieren lassen. Die Möhren hineingeben und mit soviel Wasser begießen, dass sie eben bedeckt sind. Salzen, einmal sprudelnd aufkochen, dann die Hitze reduzieren und die Möhren zugedeckt langsam gar ziehen lassen, bis die Flüssigkeit verdunstet ist. Eventuell zum Schluss den Deckel abnehmen.

Die restliche Butter neben dem Herd in Flöckchen dazugeben. Den Topf leicht rütteln, damit sich die Butter mit dem sirupartigen Fond verbindet und die Möhren damit überzogen »glasiert« werden.

Glasierte Möhren schmecken zu allen großen Braten.