



Sahnemöhren

(nach Philipine Welser)
Zutaten für 4 Personen

750 g junge Karotten
1 Zwiebel
50 g Butter oder Schmalz
1 TL Zucker oder Honig
250 ml Sahne
Salz
1/2 Bund Petersilie
je eine Priese Majoran und Pfeffer
noch mal 20g Butter
evtl. etwas Gemüsebrühe

Zubereitung:

Die Karotten putzen und waschen, die Zwiebel fein würfeln. Beides zusammen in einen Topf geben in dem zuvor die Butter/das Schmalz zerlassen wurde. Mit Zucker/Honig und Salz würzen und zugedeckt einige Minuten schmoren. Währenddessen mehrmals schwenken und nachsehen, ob sich genug Flüssigkeit bildet, damit die Karotten nicht anbrennen. Ist zuwenig Flüssigkeit da, mit der Brühe ergänzen. Aber nicht zu viel Brühe nehmen, eben nur so viel, dass der Boden leicht bedeckt ist.

Nach 5 Minuten den Bissstest machen. Sind die Karotten zwar noch bissfest, aber nicht mehr hart, die Sahne und die Kräuter zugeben, mit dem Pfeffer abschmecken und ohne Deckel unter leichtem Schütteln die Sahne und den Sud einkochen lassen bis das Ganze sämig ist.

Mit der restlichen Butter nochmals durchschwenken. Fertig.

Dieses Gemüse ist sehr, sehr mächtig und macht schon reichlich satt. Drum die angegebene Menge durchaus mal für 6 Personen nehmen und als Beilage servieren. Passt zum Beispiel prima zu den Hähnchenkeulen in Honig-Kräuterkruste. Kann man aber auch als Hauptgericht mit Brot essen.



© [Leben Anno 1482 e.V.](http://www.1482ev.de)

1. Vorstand:
Stephan Drexler
Guntherstr. 23
76297 Stutensee

Tel.: 07244 – 92332
Mobil: 0177 – 6446505

2. Vorstand:
Thomas Summa
Friedrichstr. 10
78050 Villingen-Schwenningen

Tel.: 07721-58323
Mobil: 0177-7898312

Homepage: <http://www.1482ev.de>

E-Mail: leben_anno_1482ev@gmx.net