



Rezept der Woche

Fruchtig-Pikantes Möhrengemüse

(4 Personen)

Sie brauchen

- o 800g Möhren
- o 1 Chilischote
- o 150 ml Orangensaft
- o etwas Butter oder neutrales Öl
- o 1 TL brauner Zucker
- o Salz

So geht's

Die Möhren waschen und putzen - und in mundgerechte Stücke schneiden.

Die Chilischote längs halbieren und die Kerne entfernen. Die Schotenhälften in feine Streifen schneiden.

Die Möhrenstückchen und die Chilistreifen mit dem Zucker in der Butter leicht karamelisieren, mit Orangensaft ablöschen und ca. 10 Minuten bissfest garen.

Mit Salz abschmecken.

Schmeckt wunderbar als Beilage oder lauwarm als Salat!

Guten Appetit

