AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
klein	45 Min.	Herbst	international

GESCHMORTE KAROTTEN UND PATISSON



KURZ VORGESTELLT

Das Schmor-Gemüse kann lauwarm oder kühl serviert serviert werden. Als Fleisch passt beispielsweise Lamm vom Grill bestens.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

400 g	Karotten, längs geschnittene	4 EL	Honig
		1 Bd	Koriander
600 g	Patisson, längs geschnittener	150 g	Mozzarella
		90 g	Haselnüsse, geröstete
4 EL	Olivenöl	2 TL	Sumach
3 TL	Kreuzkümmel		

ZUBEREITUNG

1. Den Ofen auf 200° C vorheizen.
2. Karotten schälen und den ungeschälten Kürbis in mittellange Spalten schneiden. Gemüse in die Auflaufform geben und gut mit dem Kreuzkümmel-Honig-Öl verrühren.
3. Form zugedeckt 15 Min. schmoren. Dann Deckel wegnehmen und nochmals 15 Min. schmoren. Je nach Farbe am Schluss für kurze Zeitdie Grillfunktion zuschalten.
4. Gemüse, Mozzarellastücke, geröstete Haselnüsse und Korianderauf Teller verteilen. Mit Sumach bestreuen.

TIPP: Mozzarella kann durch Feta ersetzt werden. Das purpurfarbene Pulver der getrockneten Beeren des Sumach-Strauchs gibt dem Gericht einen säuerlichen Touch, den letzten Schliff.

Rezept: Donna Hay. Schnell, frisch, einfach. AT-Verlag 2011 - Foto: compactcook.com