Rezept

Möhren in Öl indische Art

Ein Rezept von Möhren in Öl indische Art, am 29.04.2024

Zutaten

- **1 kg** dicke Möhren
- **150 ml** Weißweinessig
- **1 TL** weiße Kardamomkapseln
- **1 TL** gemahlene Kurkuma
- 1/2 TL Chiliflocken nach Geschmack
- **1** 1/2 EL Salz
- **1** 1/2 TL braune Senfkörner
- **600 ml** Sonnenblumen- oder Rapsöl
- **2 TL** gemahlener Ingwer

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 5 GLÄSER À 200 ML INHALT | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min

Zubereitung

1. Möhren schälen und schräg in 1 cm dicke Scheiben schneiden. 1 l Wasser mit Salz und Essig in einem Topf aufkochen, die Möhrenscheiben darin in 15-18 Min. garen, abgießen und abtropfen lassen. Dann zum Trocknen auf mehreren Lagen Küchenpapier ausbreiten.

2. Die Senfkörner im Mörser grob zerstoßen. Die Kardamomkapseln leicht zerdrücken. Das Öl in einem Topf auf ca. 100° erhitzen, die Gewürze hineingeben und kurz durchziehen lassen. Die Möhrenscheiben in die sorgfältig gereinigten Gläser füllen und mit dem heißen Öl aufgießen. Sofort fest verschließen. Auf den Deckeln stehend abkühlen lassen.

3. Die Möhren 2-3 Wochen an einem dunklen, kühlen Ort aufbewahren und durchziehen lassen, dabei die Gläser täglich einmal kurz aufschütteln, damit sich die Aromen gut entfalten können.