Rezept

Grüne Harissasauce

Ein Rezept von Grüne Harissasauce, am 29.04.2024

Zutaten

10	kleine grüne Chilischoten
5	Knoblauchzehen
1 Bund	Petersilie
1 EL	Rotweinessig
2 - 3 TL	Honig
1 TL	gemahlener Koriander
	Pfeffer
2	große rote Chilischoten
50 ml	Olivenöl
2 Bund	Koriander
1 - 2 EL	Limettensaft
1 TL	gemahlener Kreuzkümmel
	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 165 kcal

Zubereitung

1. Chilischoten waschen und die Stielansätze entfernen. Schoten klein schneiden. Knoblauch schälen und grob würfeln. Chilis und Knoblauch mit Olivenöl und 100 ml Wasser in einen Topf geben und aufkochen lassen. Zugedeckt bei schwacher Hitze 10 Min. köcheln lassen.

2. Die Mischung vom Herd nehmen und lauwarm abkühlen lassen. Inzwischen Petersilie und Koriander waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen. Kräuter, Essig, 1 EL Limettensaft, 2 TL Honig, Kreuzkümmel und Koriander zum Chili-Knoblauch-Sud geben und alles mit dem Stabmixer fein pürieren.

3. Die Sauce mit Salz, Pfeffer, Limettensaft und Honig abschmecken. Lauwarm oder kalt servieren. Grüne Harissasauce passt gut zu gebratenem oder gegrilltem Fisch, Geflügel und Lamm oder Gemüse wie Auberginen, Paprika, Tomaten, Kürbis, Süßkartoffeln, Fenchel und Kohlrabi.