Rezept

Orientalischer Möhrensalat mit Erdnüssen

Ein Rezept von Orientalischer Möhrensalat mit Erdnüssen, am 06.07.2025

Zutaten

1 EL	Rapsöl
	1/2 TL Ingwerpulver
300 g	Möhren
	Salz
	1/2 TL gemahlener Kardamom
4 EL	Dickmilch
1 EL	geröstete ungesalzene Erdnüsse
1 EL	Schnittlauchröllchen

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 120 kcal

Zubereitung

1. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Kardamom und Ingwer darin kurz rösten. Vom Herd nehmen und unter die Dickmilch rühren.

---

2. Die Möhren putzen, schälen und raspeln. Die Erdnüsse grob hacken. Möhren, Dickmilch und Erdnüsse vermischen. Den Salat mit Salz würzen und mit Schnittlauch bestreut servieren.