

Rezept

Schwarzwurzeln mit Orangen-Vanille-Vinaigrette

Ein Rezept von Schwarzwurzeln mit Orangen-Vanille-Vinaigrette, am 24.09.2023

Zutaten

4 EL Apfelessig	700 g Schwarzwurzeln
Salz	150 ml Milch (nach Belieben)
2 EL Orangensirup mit Zesten, ersatzweise Orangenmarmelade	2 EL Dijonsenf
Meersalz	2 TL Sherryessig
frisch geriebene Tonkabohne (oder Muskatnuss)	Vanillepfeffer
	3 EL Olivenöl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 145 kcal, 11 g F, 4 g EW, 8 g KH

Zubereitung

1. 1 ½ l kaltes Wasser mit dem Essig mischen. Die Schwarzwurzeln unter fließendem kaltem Wasser schälen (Einweghandschuhe verwenden!), halbieren und jeweils sofort in das Essigwasser legen. Anschließend längs vierteln oder halbieren und schräg in etwa 4 cm lange Stifte schneiden. Bis zur Verwendung im Essigwasser lassen.
2. Reichlich Wasser mit Salz und der Milch zum Kochen bringen (Veganer lassen die Milch weg). Die Schwarzwurzeln abgießen, abbrausen, damit der Essiggeschmack entfernt wird, und in die kochende Flüssigkeit geben. In 9-10 Min. garen. Die Schwarzwurzeln sollten noch einen leichten Biss haben.
3. Für die Vinaigrette den Orangensirup mit Senf, Essig und Salz verrühren, bis sich das Salz gelöst hat. Vanillepfeffer dazumahlen, etwa 1 Prise Tonkabohne frisch darüberreiben. Nach und nach das Öl unterschlagen, bis die Vinaigrette eine cremige, homogene Konsistenz hat.
4. Die Schwarzwurzeln abgießen, etwas abkühlen lassen, mit der Vinaigrette übergießen und zugedeckt mind. 2 Std. durchziehen lassen, dabei öfter behutsam wenden.