

Rezept

Zucchini und Möhren

Ein Rezept von Zucchini und Möhren, am 09.06.2026

Zutaten

200 g junge Möhren	200 g Zucchini
4 Zweige Rosmarin	4 Zweige Thymian
100 ml Weißwein	100 ml Weißweinessig
1 EL Zucker	2 Knoblauchzehen
2 EL Olivenöl	Jodsalz
Pfeffer	1/2 Baguette (200 g)

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 220 kcal

Zubereitung

1. Die Möhren putzen und dünn schälen. Die Zucchini waschen und putzen. Beides in kurze Stifte schneiden.

2. Den Rosmarin und Thymian waschen und trockenschütteln. Mit dem Wein, dem Essig, 150 ml Wasser, dem Zucker und dem Gemüse erhitzen.

3. Den Knoblauch abziehen und vierteln. Mit dem Öl unter das Gemüse rühren. Das Gemüse zugedeckt bei schwacher Hitze 10 Min. garen. Leicht abkühlen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt ca. 2 Tage kühl stellen. Mit dem Baguette servieren.