

Dauer: Aufwandig
Kategorie: Vorspeisen und Salate Vegetarisch
Saison: Ganzjährig
Für: 4 Personen
Verfasst von: Alexander Forbes

Zutaten

Panna Cotta

60	0 ML	Bio-Karottensaft (selbst gepresst oder gekauft)
20	0 G	Frischkäse
5 B	LATT	Gelatine
100) ML	Schlagobers
1 TL	_	Honig
	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	Thymian
		••••••••••••

Lorbeerblatt und gemahlener Koriander

	Salz		
	Pfeffer		
	etwas Rapsöl		
Eingelegte Karotten			
160 G	bunte Karottenvielfalt		
150 ML	reduzierter Gewürz-Karottensaft		
1/2 TL	Johannesbrotkernmehl		

Zubereitung

Panna Cotta

- 1. Karottensaft mit den Gewürzen, Honig, etwas Salz und Pfeffer auf die Hälfte einkochen.
- 2. Alles abseihen und den Saft in zwei Hälften teilen.
- 3. Erste Hälfte mit dem Frischkäse verrühren und abschmecken.
- 4. Obers halbsteif schlagen. Gelatine laut Anleitung in kaltem Wasser einweichen und auflösen (oder Agar Agar It. Anleitung aufkochen) und mit der Masse vermengen.
- 5. Die Masse kühl stellen, bis sie kurz vor dem Stocken ist, dann das Obers unterheben.
- **6.** Kleine Förmchen mit etwas Öl ausfetten und die Masse einfüllen. Für mindestens 3 Std. in den Kühlschrank stellen.
- 7. Eingelegte Karotten mit der Sauce auf einen Teller geben, Panna Cotta aus den Förmchen stürzen und vorsichtig darauf platzieren.
- 8. Mit Kräuterpesto oder etwas hochwertigem Pflanzenöl und Sprossen anrichten.

Eingelegte Karotten

1. Karotten putzen und mit einem Sparschäler der Länge nach in längliche Scheiben hobeln.

Zweite Hälfte des Karottensuds aufkochen, Karottenscheiben darin 10 Min. ziehen lassen, herausnehmen und auf einem Teller beiseite stellen.

3. Für die Sauce den Fond nochmals aufkochen und mit 1/2 TL Johannesbrotkernmehl binden.

Rezept aus Magazin Herbst / Winter 2022