



Dauer: Aufwändig

Kategorie: Vorspeisen und Salate Vegetarisch

Saison: Ganzjährig

Für: 4 Personen

Verfasst von: Alexander Forbes

Zutaten

Panna Cotta

600 ML Bio-Karottensaft (selbst gepresst oder gekauft)

200 G Frischkäse

5 BLATT 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 halbstreif schlagen. Gelatine laut Anleitung in kaltem Wasser einweichen und auflösen (oder Agar Agar lt. 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.
- 2.

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*