

Möhrencreme

Zutaten:

200g Möhren
1ganze Zwiebel
4EI Olivenöl
2EI Mandeln, gemahlen
Salz, Muskatnuss, Pfeffer
4EI frisch gehackte Petersilie

Zubereitung:

- Möhren waschen, schälen und in Würfel schneiden
- Zwiebel fein würfeln und in einem Top in Olivenöl ohne Farbe anschwitzen
- Möhren dazugeben, salzen, etwas Wasser angießen und 10 Min. gar dünsten
- Möhren abkühlen lassen, fein pürieren. Die gemahlene Mandeln unterrühren, alles mit den Gewürzen und der Petersilie abschmecken
- In ein Glas füllen. Im Kühlschrank hält sich der Aufstrich einige Tage.

Guten Appetit