


Möhren-Schwarzkümmel-Soße

Pikante Gemüsesoße mit Möhren und Schwarzkümmel

etwa 2 Gläser (je 200 ml)

 gelingt leicht

 bis 20 Minuten



Zutaten:

Zutaten:

- 200 g Möhren
- 1 EL Speiseöl, z. B. Sesamöl
- 1 Pck. Dr. Oetker Bourbon Vanille-Zucker
- 1 Pck. Dr. Oetker Finesse Geriebene Orangenschale
- ½ TL Garam Masala
- ½ TL gemahlener Kreuzkümmel
- 2 EL Apfelessig
- 125 ml Orangensaft
- 100 ml Apfelsaft
- 250 ml Möhrensaft
- 1 Msp. Chiliflocken
- 1 EL Schwarzkümmel
- Salz
- 1 Msp. Dr. Oetker Einmachhilfe

1 Vorbereiten:

Möhren schälen und grob würfeln.

2 Zubereiten:

Öl in einem Topf erhitzen, Möhrenstücke darin andünsten. Vanille-Zucker, Finesse, Garam Masala und Kreuzkümmel dazugeben. Essig und die 3 Säfte hinzufügen. Das Ganze einmal aufkochen und bei mittlerer Hitze etwa 20 Min. köcheln lassen, so dass die Möhren weich sind. Möhren pürieren und nochmal bei mittlerer Hitze etwa 20 Min. sämig einkochen. Chiliflocken und Schwarzkümmel zufügen und mit Salz abschmecken. Einmachhilfe unterrühren. Soße in vorbereitete Gläser oder Flaschen füllen. Mit Schraubdeckeln (Twist-off) verschließen, umdrehen und etwa 5 Min. auf den Deckeln stehen lassen.

Tipps aus der Versuchsküche

- Die Soße passt gut zu einem gebratenen Stück Halloumi oder zum Füllen von Sandwiches.
- Im Kühlschrank kann man die Soße etwa 4 Wochen aufbewahren.