

Möhren mit Montello-Kruste, Maracuja-Mixed-Pickles

Für zwei Personen

Für Möhren, Montellokruste:

1 Bund kl. Möhren mit Grün	1 Zitrone, Abrieb, Saft	1 Orange, Abrieb, Saft
100 g Montello	3 EL weiße Misopaste	1 EL Sesamöl
2 EL Olivenöl	Chiliflocken	Zucker, Salz, Pfeffer

Für die Miso-Mayonnaise:

1 Limette, Abrieb	1 Orange, Abrieb	1 frisches Ei
1 TL mittelscharfer Senf	2 EL weiße Misopaste	2 EL Ponzu
1 EL Reissessig	1 EL Yuzu-Marmelade	250 ml neutrales Öl
Chiliflocken	Zucker	Salz, Pfeffer

Für das Möhrengrün-Öl:

Möhrengrün	50 g Babyspinat	150 ml neutrales Speiseöl
------------	-----------------	---------------------------

Für die Maracuja-Mixed-Pickles:

3 Maracujas	1 gelbe Bete	4 Radieschen
3 kleine Schalotten	1 Knoblauchzehe	2 EL Ingwer
1 Zitrone, Zesten	200 ml Maracujanektar	150 ml Apfelessig
1 EL weiße Pfefferkörner	2 Kaffirlimettenblätter	Chiliflocken
Zucker	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur:

Möhrengrünspitzen

Für Möhren, Montellokruste:

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Möhrengrün entfernen und für das Öl und die Dekoration beiseitelegen.

Grünansatz der Möhren fein auf ca. 1 cm parieren. Möhren waschen, schälen, längs halbieren und die Möhrenhälften bei Bedarf quer halbieren.

Zitrone und Orange heiß abspülen, die Schale abreiben, dann Saft auspressen und auffangen. 2 EL Zitronensaft, 2 EL Orangensaft, Zitronen- und Orangenabrieb, Misopaste, Sesamöl, Olivenöl, Chili, Zucker, Salz und Pfeffer in einer Schüssel vermengen.

Montello fein auf einen Teller reiben.

Möhrenviertel zunächst in der Miso-Marinade wenden, dann mit der Schnittseite in den Montello drücken und mit der Käsesseite nach unten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Möhren dabei dicht nebeneinander platzieren, damit sie nicht verbrennen. Für mindestens 20 Minuten im vorgeheizten Ofen ausbacken.

Für die Miso-Mayonnaise:

Ei, Senf, Misopaste, Ponzu und Reissessig mit dem Stabmixer aufschlagen und sehr langsam das Öl bis zur gewünschten Konsistenz hinzugeben.

Mit Limetten- und Orangenabrieb, Yuzu-Marmelade, Chili, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. In eine Dosierflasche einfüllen und kalt stellen.

Für das Möhrengrün-Öl:

Öl in einem Topf auf 65 Grad erhitzen.

Geputztes Möhrengrün und Spinat in ein hohes Rührgefäß geben, mit dem warmen Öl übergießen und kräftig mit dem Pürierstab mixen.

Öl dann durch ein Sieb mit Kaffeefilter gießen und beiseitestellen, bis sich das klare Öl am Boden des Auffanggefäßes absetzt. Alternativ vorsichtig durch ein Küchentuch pressen.

Für die Maracuja-Mixed-Pickles:

Einen großen Teller in das Gefrierfach stellen.

Schalotten und Knoblauch abziehen und fein schneiden. Ingwer hacken.

Radieschen und gelbe Bete putzen und beides in feine Scheiben schneiden. Scheiben kreisrund mit einem kleinen Serverring ausstechen.

Von der Zitrone grobe Zesten abschneiden. Maracuja halbieren und das Fruchtfleisch herauslösen. Alles, bis auf das Gemüse, in einen Topf geben, mit Chili, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken und bis kurz vor den Siedepunkt erhitzen.

Gemüse zugeben und 15-20 Minuten auf der ausgeschalteten Herdplatte ziehen lassen. Auf dem geeisten Teller abschrecken und bis zum Servieren beiseitestellen.

Für die Garnitur: Gericht mit Möhrengrünspitzen garnieren.

Greta Böske am 19. Februar 2024