

Zutaten:

300g Möhren
200g Zuckerschoten
1 Zucchini
1 Brokkoli
2 rote Paprikaschoten

Zubereitung:

Das Gemüse putzen, waschen, die Möhren ganz dünn schneiden. Kaiserschoten dritteln, Zucchini längs vierteln und in Scheiben schneiden. Brokkoli in ganz kleine Röschen teilen, Paprika achtern und in feine Streifen schneiden. Das Gemüse in 2 Minuten bei 100°C garen. In der Zwischenzeit die Vinaigrette dazu zubereiten: 200ml Olivenöl, ca. 40ml Weißweinessig, 1TL Honig, Salz, Pfeffer, 50g fein geschnittene Schalotten, 150g Pinienkerne, frisches Basilikum. Öl, Essig, Honig, Salz und Pfeffer zu einer Vinaigrette rühren. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett leicht bräunen lassen. Das gegarte Gemüse in die Vinaigrette geben und vor dem Servieren etwas abkühlen lassen. Zuletzt noch frische Basilikumblätter unterheben.

Wir wünschen Ihnen ein Gutes Gelingen:

Ihre

Küchenwerkstatt-Graf