

Ingwer-Möhren-Gemüse

Zutaten

- 1 Kg Möhren
- 2-3 fingerlange Stücke frischer Ingwer
- 1 Zwiebel
- 1 Esslöffel Ghee
- 1 Teelöffel Koriandersamen
- 1 Teelöffel Kreuzkümmel
- ½ Teelöffel schwarzer Pfeffer
- 1 Becher Sahne
- Salz
- Frischer Koriander

Zubereitung

Die Möhren schälen und in Scheiben oder Stifte schneiden. Den Ingwer ebenfalls schälen, fein raspeln oder würfeln. Die Gewürze zusammen mit dem Salz im Mörser zerkleinern und im heißen Ghee anbraten, bis sie knacken. Nun den Ingwer hinzufügen, bis dieser beginnt, leicht zu bräunen. Die klein gewürfelte Zwiebel hinzugeben und ebenfalls mitbraten, bis sie glasig ist. Die Möhrenstücke hinzufügen und kurz mit anbraten. Mit etwa einer Tasse Wasser und der Sahne ablöschen und garköcheln lassen. Zum Schluss den frischen Koriander unterheben.

Wir wünschen Guten Appetit!