



REZEPT DER WOCHE

Möhren-Püree

Zubereitung

Zutaten

ein Bund Möhren

30g Butter

60 ml Milch

Salz

Pfeffer

Muskatnuss

Zum Verfeinern:

frische Gartenkräuter

Lauchzwiebeln

Möhren waschen (optional schälen) und in Scheiben schneiden.

Möhren in leicht gesalzenem Wasser ca. 20 Min. weichkochen.

Möhren abgießen und in einem Sieb abtropfen lassen, anschließend wieder in den Kochtopf geben.

Butter, Milch, etwas Salz, Pfeffer und Muskatnuss hinzugeben und alles mit einem Stabmixer pürieren. Nach Belieben etwas mehr oder weniger Milch verwenden, um dem Püree die gewünschte Konsistenz zu verleihen.

Das Püree mit fein gehackten frischen Gartenkräutern und Lauchzwiebel-Ringen verfeinern

Optional können dem Püree auch gekochte Kartoffeln hinzugefügt werden.

Das Püree als Gemüsebeilage, z.B. zu Bratkartoffeln und Spiegelei, oder auch als Hauptspeise genießen.

Guten Appetit!