

Tici Kaspar

VEGANER KAROTTENLACHS

Für 4 Portionen:

- ca. 600 g Karotten, geschält
- 1 Noriblatt, zerkleinert
- 2 EL Reisessig
- 2 EL Sojasauce
- 4 EL Olivenöl
- 1 EL Liquid Smoke-Flüssigrauch
- 100 ml Wasser
- 1 TL Salz

Zubereitung:

- Karotten mit dem Sparschäler der Länge nach schälen und kurz überkochen.
- Für die Marinade alle Zutaten einmal aufkochen und über die heißen Karotten gießen.
- In ein Behältnis verschließen und mind. 24h im Kühlschrank ziehen lassen.
- Ab und zu umrühren. Falls die Karotten zu trocken werden, etwas Olivenöl beimengen.
- Sie sollten samtig und weich aussehen.

TIPP! Zum Brunch als fleischlose Alternative zum Räucherlachs servieren. Oder mit veganem Frischkäse auf einem Bagel oder Weißbrot mit frischen Kräutern anrichten.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten plus 24h zum Durchziehen

Schwierigkeitsgrad: leicht