

Möhren-Salat mit Datteln, Mandeln, Pistazien im Brotlaib

Für zwei Personen

Für den Salat:

400 g Möhren	10 Datteln, getrocknet	60 g Pistazien, geschält
70 g Mandeln, gehackt	2 Schalotten	3 Zehen Knoblauch
1 Zitrone	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie, kraus
$\frac{1}{2}$ Bund Minze	1 EL Blütenhonig	1 TL Currypulver, scharf
4 EL Olivenöl	Olivenöl	Salz, schwarzer Pfeffer

Für die Garnitur:

1 Leib Dinkelbrot	1 Zehe Knoblauch	2 EL Olivenöl
-------------------	------------------	---------------

Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Den Saft der Zitrone, den Honig, einen halben Teelöffel Curry und das Olivenöl zu einem Dressing verrühren. Mit etwas Salz und ein wenig Pfeffer würzen. Die Möhren waschen und schälen und mit einem Sparschäler in dünne Streifen schneiden. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen. Die Schalotten in feine Ringe und den Knoblauch in Würfel schneiden. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und die Schalotten und den Knoblauch glasig dünsten. Die Möhren und das Dressing dazugeben und kurz unterrühren. Anschließend abkühlen lassen. Eine Pfanne erhitzen und die Mandeln und die Pistazien goldbraun rösten. Die Datteln fein schneiden. Den Koriander, die Petersilie und die Minze waschen und trockenschütteln. Anschließend die Blätter abzupfen und kleinhacken. Die Möhren mit dem restlichen Curry, etwas Salz und ein wenig Pfeffer abschmecken. Die Kräuter unterheben. Die Datteln in die Mandel-Pistazien-Mischung unterrühren. Die Mischung auf die Möhren geben. Das Brot aushöhlen. Den Knoblauch abziehen und hacken. Das Olivenöl mit dem Knoblauch vermengen und das Brot damit ausstreichen. Abschließend das Brot für kurze Zeit in den Backofen geben. Den Marokkanischen Möhrensalat mit Datteln, Mandeln und Pistazien in dem Brotlaib anrichten und servieren.

Daniel Maula am 17. Februar 2015