

# Möhren gegrillt mit Dip, Möhrengrün-Pesto

## Für zwei Personen

### Für die gegrillten Möhren:

6 kleine Möhren, mit Grün	2 EL Blütenhonig	2 cl Essig
Rapsöl	Salz	Pfeffer

### Für den Dip:

200 g saure Sahne, 10%	100 g Hüttenkäse	2 cl weißer Essig
1 EL gemahl. Kümmel	Salz	Pfeffer

### Für das Pesto:

Möhrengrün	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	100 g deutscher Hartkäse
30 g Bucheckern	30 ml Rapsöl	Salz, Pfeffer

### Für die Garnitur:

1 rote Zwiebel

### Für die gegrillten Möhren:

Die Möhren leicht schräg am Ende abschneiden. Das Grün fast ganz entfernen und zur Seite legen. Möhren in einer Grillpfanne mit Öl von allen Seiten anbraten.

Essig, Honig, etwas Öl und Salz vermengen und damit die Möhren in der Pfanne immer wieder einpinseln. Am Ende mit Pfeffer würzen.

### Für den Dip:

Die saure Sahne mit Essig, Kümmel, Hüttenkäse und Salz und Pfeffer zu einem Dip verrühren.

### Für das Pesto:

Möhrengrün und Petersilie waschen und trockenschleudern. Bucheckern in einer Pfanne ohne Fett rösten. Käse reiben. Aus dem Möhrengrün, der Petersilie, dem Hartkäse, den Bucheckern und dem Rapsöl ein Pesto mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und ggf. Öl nachfüllen.

### Für die Garnitur:

Zwiebel abziehen, halbieren und in hauchdünne Ringe schneiden.

Zwiebel mit dem Sud (Essig, Honig, Öl und Salz) von den Möhren von oben marinieren. Durch den Essig werden die Zwiebeln etwas knalliger in der Farbe.

Björn Freitag am 18. Juli 2024