

VERKOSTUNG VERSCHIEDENER GEMÜSEAUFSRICHE



ZUTATEN



- 300 g Karotten, violett
- 300 g Gelbe Beete
- 300 g Erbsen
- 30 g Bresc Ingwerpüree
- 30 g Bresc Basilikumpüree
- 30 g Bresc Zitronengraspüree
- 3 dl Sonnenblumenöl
- 1 Scheibe Dinkelbrot
- 1 Zitrone, Saft
- Pfeffer und Salz

GEBRAUCHTE BRESC PRODUKTE



Basilikumpüree 450g



Ingwerpüree 450g



Zitronengraspüree 450g

ZUBEREITUNG

Die Karotten schälen, in kleine Stücke schneiden und gar kochen. Die Karotten abkühlen lassen und mit 1 dl Sonnenblumenöl und dem Ingwerpüree pürieren. Mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken. Die Erbsen kochen, abgießen und abkühlen lassen. Mit 1 dl Sonnenblumenöl und dem Basilikumpüree pürieren. Mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken. Die Gelbe Beete schälen, in kleine Stücke schneiden und gar kochen. Die Gelbe Beete abkühlen lassen und mit 1 dl Sonnenblumenöl und dem Zitronengraspüree pürieren. Mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken. Das Dinkelbrot in Scheiben schneiden und die Scheiben rösten. Die Gemüseaufstriche in Schälchen verteilen. Das Brot zusammen mit den Gemüseschälchen auf einem Teller anrichten.