

Gedünstete Schwarzwurzeln



Zutaten:

6 Stangen Schwarzwurzeln
200 ml Gemüsebrühe
50 ml Sekt
25 g Butter
1-2 EL Creme fraiche oder Creme double
1 Lorbeerblatt
Salz, Pfeffer
Muskatnuss
Zitronenabrieb
2 Liter Wasser
3 EL Essig, hell
1 EL Mehl



Zubereitung

Schwarzwurzel unter Wasser gründlich bürsten. Mit einem Gemüseschäler schälen (Handschuhe benutzen!). In einer Schüssel 2 Liter Wasser mit etwas Essig und einem Esslöffel Mehl verrühren. Die geschälten Schwarzwurzeln in das Essig-Mehl-Wasser legen, damit sie weiß bleiben.

Die Schwarzwurzeln schräg in Scheiben schneiden. In einem Topf Butter erhitzen, Schwarzwurzelscheiben zugeben und kurz anschwitzen. Mit Sekt ablöschen und bei mittlerer Hitze 1-2 Minuten einkochen lassen.

Mit der Brühe angießen, Lorbeerblatt zugeben und mit geschlossenem Deckel ca. 10-15 Minuten bissfest dünsten. Schwarzwurzeln mit Crème fraîche, Salz, Pfeffer, Muskatnuss und etwas Zitronenabrieb abschmecken.

Tipp: Falls Sie die Flüssigkeit eindicken und geschmacklich abrunden möchten, nehmen Sie 1TL feinen Maisgrieß (Polenta) und lassen einen Teelöffel langsam in das Gemüse trocken einrieseln. Noch 1-2 Minuten leicht köcheln lassen, bis die Soße andickt. Nach eigenem Ermessen mehr Maisgrieß oder Flüssigkeit nachgießen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Der Grieß gibt nicht nur Farbe und ein nussiges Aroma. Er muss zudem nicht vorher in kalter Flüssigkeit aufgelöst werden und dickt blitzschnell ein.