

Eingelegte Karotten

ZUTATEN

2-3 kg Karotten
1 L Essig
2 L Wasser
200 g Zucker
200 g Salz

ZUBEREITUNG

- Karotten in dünne Scheiben oder Streifen schneiden und in ein steriles Glas geben.
- In einer Schüssel Essig, Wasser, Zucker und Salz vermischen, bis sich der Zucker vollständig auflöst hat.
- Das Essigwasser über die Karotten im Glas gießen, dabei sicherstellen, dass die Karotten vollständig bedeckt sind.
- Das Glas fest verschließen. Die eingelegten Karotten ein paar Tage an einem kühlen Ort durchziehen lassen.

TIPPS GEGEN LEBENSMITTELVERSCHWENDUNG

Überreifes Gemüse: Überreife Karotten eignen sich hervorragend für eingelegte Karotten, Wenn das Gemüse weich ist oder braune Stellen hat, können diese vor der Verwendung weggeschnitten werden.

• **Variationen:** Statt Karotten können auch viele andere Gemüsesorten, wie z.B. Gurken, Paprika, Zwiebel, Spargel oder Karfiol eingelegt werden.

• **Aufbewahrung:** Es ist wichtig, dass Karotten immer mit Flüssigkeit bedeckt sind, um eine optimale Haltbarkeit zu gewährleisten. Um Gläser zu sterilisieren, diese sauber und ohne Deckel auf ein Backblech legen und bei 120 °C für 15 Minuten erhitzen.

Community Cooking

... das heißt Begegnung zwischen Menschen durch Kochen! In unserer offenen Küche in der ehemaligen Ankerbrotfabrik mitten in Favoriten haben alle Platz – Nachbar*innen und Freund*innen, Alte und Junge, begeisterte Köch*innen und begeisterte Esser*innen. Wir ermöglichen kulinarische Begegnungen für Menschen unterschiedlichster Herkunft und vermitteln Wissen zu gesunder Ernährung.

