

Marinovaná mrkev s koriandrovým pestem

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 4

- Mrkev například kombinace oranžové a nafialovělé 800 g
- Sezamová semínka 50 g
- Kousek čerstvého zázvoru 1 ks
- Citron nebo limetka, ideálně bio 1 ks
- Čerstvý koriandr 2 svazek
- Sezamový olej 4 lžíce
- Zeleninový vývar 75 ml
- Med 2 lžíce
- Sůl a čerstvě mletý pepř - dle chuti 2 špetka

Doba přípravy: 40 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Mrkve oloupejte nebo oškrábejte a podélně rozkrájejte, Dejte je do hrnce, zalijte vodou tak, aby byly pokryté , trochu osolte, uveďte do varu a asi 4 minuty mírně povařte. Scedte a mrkev přesuňte do zapékací formy. Sezamová semínka nasucho opražte v pánvičce. Zázvor oloupejte a nastrouhejte. Z citronu ostrouhejte kůru a šťávu vymačkejte. Lístky koriandru otrhejte a rozmixujte se sezamem, sezamovým olejem, vývarem, medem a citronovou šťávou na pesto. Osolte, opepřete a promíchejte s mrkví. Nechte asi 20 minut marinovat a pak podávejte posypané citronovou kůrou, s čerstvou bagetou na doplnění.