

Ofengeröstete Karotten

Karotten in Wasser dämpfen, wie es die meisten immer noch tun, ist Unsinn. Es verhält sich damit ein wenig wie mit den Spargeln (siehe Seite 80). Gemüse hat einen hohen Wassergehalt – kocht man es in Wasser, verwässert dies den Geschmack. Ich bevorzuge daher zwei andere Methoden: entweder zusammen mit einer fein geschnittenen Schalotte in Butter anschwitzen und zugedeckt schmoren oder im Ofen rösten, wodurch sich der Wassergehalt reduziert und der Geschmack um ein Vielfaches konzentriert. Am besten schmecken doch die Karotten, die sich neben dem Sonntagsbraten auf dem Backblech festsetzen und langsam karamellisieren. Zu diesem Zweck helfe ich mit etwas hausgemachter Hühnerbrühe nach.

- 1 kg frische Karotten, unter fließendem Wasser gebürstet,
der Länge nach halbiert
- Olivenöl extra vergine
- feines Meersalz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 200 ml hausgemachte Hühnerbrühe (Seite 143) oder Gemüsebrühe (Seite 97)
- einige Frühlingszwiebeln, geputzt
- 1 Bund frischer Thymian

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Karotten mit wenig Olivenöl einreiben, salzen, pfeffern und auf einem Backblech verteilen. Im Ofen etwa 45 Minuten rösten, dabei alle 15 Minuten mit wenig Brühe übergießen.

Nach 30 Minuten die Frühlingszwiebeln dazugeben.

5 Minuten vor Ende der Backzeit die frischen Thymianzweiglein hinzufügen.

