

Mir gefällt dieses Antipasto, denn eine Orange und eine Karotte finden sich fast immer im Vorrat! Servieren Sie dazu einen Teller Salami, einige Grissini, eine aufgeschnittene Mozzarella und einige Oliven, und schon zaubern Sie südliche Stimmung auf den Tisch.

Arance e carote Orangen mit Karotten

Zutaten für 4 Personen

200 g Karotten putzen, schälen und in feine Stäbchen schneiden oder an der Röstiraffel raffeln.

3 EL Olivenöl erwärmen und die Karotten kurz andämpfen.

½ Orange, Schale in feinste Streifen geschnitten und

½ Orange, Saft und

½ EL Zitronensaft und

½ EL Zucker und

Salz, Pfeffer dazugeben, alles kurz erhitzen. Mit

Peperoncino und

getrocknetem grünem Pfeffer abschmecken, vom Feuer nehmen und etwas marinieren lassen, es soll scharf sein!

2–3 Orangen mit dem Messer schälen (auch die weiße Haut muss weg) und in ganze Scheiben von 5–8 mm Dicke schneiden.

2 EL Kürbiskerne und

½ EL Puderzucker ohne Flüssigkeit in der Bratpfanne rösten und karamellisieren.

Anrichten: Auf jeden Teller 3 Scheiben Orangen als Kreis anlegen und in die Mitte ein Häufchen Karotten setzen.

Dekorieren: mit den gerösteten Kürbiskernen.

Podere Ripabella

Agriturismo ecologico

Agricoltura biologica

58024 Massa Marittima, Italia

T +39 0566 91 55 57

www.ripabella.com

