

INSPIRATIONEN FÜR EINE GUTE KÜCHE



Karottenterrine mit Avocado-Dipp

Zutaten:

250 g grobe Haferflocken
400 g Karotten, fein geraspelt
250 g Hartkäse, gerieben
4 Eier
100 g Butter, zerlassen
1 TL Salz, frisch gemahlener Pfeffer
1 TL milder Curry

Avocado-Dipp:

400 g Joghurt
1 Avocado, geschält, längs geviertelt und in sehr feine Scheiben geschnitten
2 Knoblauchzehen, zerdrückt
½ TL Salz, frisch gemahlener Pfeffer
½ TL Kreuzkümmel
1 Bund Schnittlauch, in feine Röllchen geschnitten

Zubereitung:

- Alle Zutaten für die Terrine in eine Rührschüssel geben und mit den Knethaken gut durcharbeiten, abschmecken.
- Kastenform gut einfetten, mit Semmelbrösel ausstreuen.
- Masse einfüllen, Oberfläche glattstreichen.
- 50 Min. bei 160 Grad Umluft backen. Oder Ober- und Unterhitze 180 Grad.
- Terrine 5 Min. auskühlen lassen, stürzen und in 1,5 cm dicke Scheiben schneiden.

- Für den Avocado-Dipp alle Zutaten mischen und pikant abschmecken.

Mengenangaben für 4 Erwachsene . EL = gestrichener Esslöffel . TL = gestrichener Teelöffel