

Gemüserohkost mit Dip

Pinzimonio



Zutaten für 4-6 Personen:

- 2 Möhren
- 1 Zucchini
- zwei bis drei Stangen Bleichsellerie
- 1 gelbe Paprikaschote
- 1/2 Gurke
- 1/2 Rettich
- 1 Chicorée

Pinzimonio:

- Bestes Olivenöl
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

1. Alles Gemüse vor dem Zurichten sorgfältig waschen und eventuell trocknen.
2. Die Möhren schälen. Ein bisschen Grün daran lassen, wenn sie noch sehr jung sind. Längs vierteln und eventuell auf 10 cm einkürzen.
3. Vom Zucchini die Enden abschneiden und längs in bleistiftgroße Stifte schneiden.
4. Vom Bleichsellerie unten eine dickere Scheibe abschneiden. Dann längs teilen, bis dünne Stangen erreicht sind. Gut entfädeln. Jeweils etwas von dem Kraut daran lassen.
5. Die Paprikaschoten halbieren, um Scheidewän-

- de und Samen entfernen zu können. Dann in etwa 2 cm breite Streifen schneiden.
6. Das Grün des Fenchels entfernen, am unteren Ende der Knolle eine Scheibe abschneiden. Den Fenchel längs in Spalten schneiden.
7. Die Gurke längs vierteln. Die Kerne entfernen. Vorher die Enden abschneiden.
8. Den Rettich schälen und längs in Stangen schneiden.
9. Vom Chicorée den Strunk wegschneiden und die Blätter ablösen, eventuell längs teilen, je nach Größe.
10. Den Boden einer Schale mit gecrushtem Eis bedecken und das Gemüse darin senkrecht anrichten.

Pinzimonio-Dip:

Bestes Olivenöl mit Salz und Pfeffer aus der Mühle verrühren, für je zwei Gäste ein eigenes kleines Schälchen bereitstellen.

Hinweise:

Grissinstangen oder fein geschnittenes Ciabatta dazu reichen.

Schlagworte:

mittel (für das Zurichten der Rohkost), Zubereitung ca. 30 min (für die Rohkost), Vorspeisen, Partygerichte, zum Aperitif, Häppchen, Rohkost, vegetarisch, italienisch

Rezept: Kerstin, Foto: Walter Stand 09.01.2023