

## Der beste Karottensalat der Welt



Geschmack ist ja eine sehr subjektive Empfindung und deshalb ist die Bezeichnung natürlich mit einem Augenzwinkern zu betrachten ... aber was soll ich sagen: für uns ist unserer der beste

Karottensalat der Welt. Das liegt natürlich zu 100 % daran, daß meine Lieblingsoma den Karottensalat so zubereitete: und das wiederum hat dazu geführt, daß ich Karottensalat, der herzhaft (also mit Essig und Salz) zubereitet wird, kaum herunterbekomme. Ich weiß, es klingt verrückt, aber in meiner Welt muß Karottensalat zwingend süß zubereitet werden! Mein Opa war nämlich ein ganz Süßer - auf allen Ebenen. Er war so süß, daß er sich über den Blattsalat puren Zucker gestreut hat! Das habe ich zum Glück nicht übernommen! Aber meinen Karottensalat mache ich noch immer so, wie mein Opa ihn geliebt hat. Und genau so lieben ihn hier alle Familienmitglieder. Das klingt für Euch seltsam? Probiert es aus! Und keine Angst: den Zucker habe ich längst durch Birkenzucker ersetzt. Dieser Karottensalat stellt also keine Bedrohung für Eure Gesundheit dar: ganz im Gegenteil!

### Zutaten

- 1 kg Karotten, Möhren oder Gelbe Rüben: je nachdem, in welchem Sprachraum Ihr wohnt
- 30-40 g möglichst geschmacksneutrales, hochwertiges Pflanzenöl
- 30 g Birkenzucker oder Rohrohrzucker
- der Saft einer Zitrone

Bitte immer biologisch angebaute Zutaten verwenden - es macht so einen großen Unterschied: im Geschmack und für unsere Erde!

### Zubereitung

Die Karotten werden geschält. Manchmal spare ich mir das auch und wasche sie nur gründlich, aber wenn wir Gäste haben, werden die Karotten definitiv geschält.

Dann werden die Karotten fein gerieben. Und wenn Ihr diesen Karottensalat genau so lieben werdet wie wir, empfiehlt sich schon bald die Anschaffung einer Küchenmaschine mit Raspelaufsatz! Sind die Karotten gerieben, streut Ihr den Birkenzucker darüber, gebt das Öl und den frisch gepressten Zitronensaft dazu und rührt alles kräftig durch. Jetzt darf der beste Karottensalat der Welt noch mindestens eine halbe Stunde durchziehen (er hält sich gekühlt aber auch mehrere Tage!), bevor Ihr ihn genießen könnt.