

Schwarzwurzeln

1. Schwarzwurzeln waschen und gründlich bürsten.
2. Putzen und schälen.
Beim Schälen am besten Einweghandschuhe tragen, da der austretende Milchsafte stark klebt und Hände braun färbt.
3. Die geschälten Wurzeln sofort in eine Schale mit kaltem Wasser, Zitronensaft und Mehl legen (pro Liter Wasser, ca. 3 El Zitronensaft und 1 El Mehl), damit die weiße Farbe erhalten bleibt.
4. Eine Mischung aus Wasser (2/3) und Milch (1/3) aufkochen und mit Salz und Zucker würzen.
Schwarzwurzeln im Ganzen oder bereits in Stücke geschnitten im Milchwasser knackig garen.
5. Schwarzwurzeln entsprechend weiterverarbeiten – z.B. in Butter schwenken, als Rahmgemüse oder als Salat.