

Holunderfrühlingszwiebeln



von: njoy-food

1 Portion

Zutaten:

1 Portion(en) Holunderblüten-Sirup mit Orangenwasser

Vorbereitung: 48 Stunden 35 Minuten

4 Stangen (140 g) Frühlingszwiebel

3 EL (24 g) Olivenöl

1 TL (1.6 g) rote Pfeffer -Körner

1 gestrichener EL (12 g) Gemüsebrühe gekörnt

1 EL (15 g) Zucker braun

6 Zweige (0.6 g) Zitronen- Thymian frisch

5 EL (60 g) Holundersirup


n. B. Wasser


n. B. Salz

n. B. Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

- 1 Frühlingszwiebeln säubern, die Stiele in 2 cm dicke Ringe schneiden und die Zwiebel selber halbieren.
- 2 Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Frühlingszwiebeln mit der Schnittfläche nach unten darin etwas anbraten.
- 3 Holundersirup, Thymian, rote Pfefferkörner, Zucker und die gekörnte Brühe dazugeben und alles bei geringer Hitze 8 - 10 Minuten köcheln lassen. Eventuell etwas Wasser dazugeben, damit es etwas dünnflüssiger wird.
- 4 Ggf mit Salz und Pfeffer aus der Mühle nochmals abschmecken.
- 5 Die Zwiebeln auf einem Teller anrichten und mit der Holunder-Soße übergießen.

 Arbeitszeit: 15 Minuten
Fertig in: 15 Minuten

 njoy-food