

## Marokkanische Karotten | Cumin | Koriander

Dauer: 30 min  
Schwierigkeit: Leicht  
Zusatzinfos: Vegan

### Rezept für 4 Personen

#### Gewürze & Zutaten

500 g junge Karotten  
3 – 4 EL Kreuzkümmel gemahlen  
0,5 g Safran  
2 EL Olivenöl  
3 Knoblauchzehen zerdrückt  
2 EL Salz  
1 Bio Zitrone (Abrieb und Saft)  
1 Bund frischer Koriander gehackt  
optimal Couscous

### Zubereitung

- 1 Die Karotten waschen, abtropfen lassen und in ca. 2 cm lange mundgerechte Stücke schneiden.
- 2 Auf einem Backblech die Karotten mit dem Kreuzkümmel, dem Safran, dem Olivenöl, dem zerdrückten Knoblauch und dem Salz gut vermischen und flach verteilen.
- 3 Nun bei 180 Grad Umluft für ca. 20 Minuten in den vorgeheizten Ofen schieben und alle 5 Minuten etwas wenden.
- 4 Die Karotten sollten noch einen leichten Biss haben. Dann aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen.
- 5 Nun den Zitronenabrieb und den Zitronensaft zugeben und mit dem gehackten Koriander servieren.
- 6 Tipp: Halbgetrocknete, gehackte Tomaten mit untermischen und zu Couscous servieren!