# Möhren-Petersilien-Salat 172

**Typ:** Salat **Quelle:** e&t, 5/85

**Bemerkungen:** Zum Foto auf Seite 122, 3. von oben

**Zutaten:** Für 4 Portionen:

1 Limette (unbehandelt)
30 g frische Ingwerwurzel
6 EI Ö1
4 EI Weißweinessig
2 EI Sojasauce (süß)
2-3frische rote oder grüne Chilischoten
500 g Möhren
3 Bund glatte Petersilie
50 g Kokosraspeln

**Rezept:** Die Limette dünn abreiben und auspressen. Saft und Schale in eine Schüssel geben. Den Ingwer schälen und in den Limettensaft reiben. Öl, Essig und Sojasauce unterrühren. Die Chilischoten der Länge nach aufschneiden, Stielansätze und Kerne entfernen. Geputze Chilischoten in feine Streifen schneiden und fein hacken, in die Salatsauce geben.
Die Möhren putzen, waschen, schälen und auf der groben Seite der Haushaltsreibe raffeln. Möhren unter die Salatsauce mischen und abgedeckt 1 Stunde durchziehen lassen.
In der Zwischenzeit die Petersilie waschen, gut abtropfen lassen, von den Stielen streifen und grob zerzupfen. Petersilie und Kokosraspeln unter den Möhrensalat heben. Salat in einer Schale anrichten und servieren.

Vorbereitungszeit: 30 Minuten
Zeit zum Durchziehen: 30 Minuten