



AÏOLI DE CRUDITÉS

Stellen Sie sich eine **Brasserie-Terrasse** in der Provence vor: Sie sitzen im **Schatten der Platanen**, vor Ihnen ein **kalt Glas Rosé**, das durch die **Wärme der Sonne** beschlägt, auf dem **Dorfplatz** vor Ihnen wird Boule gespielt... und der Kellner bringt Ihnen eine **Platte mit knackfrischem Gemüse** und **würziger Knoblauch-Majo**. Bis Sie das so erleben, dauert es ja noch ein bisschen – aber eine Komponente können Sie sich schon vorab nach Hause holen! Eine unserer **tollen Gastgeberinnen aus der Provence** hat uns ihr Familienrezept für die typisch provenzalische **Sommer-Köstlichkeit** verraten (und sogar per Hand aufgeschrieben ☺). Sie serviert es – nur mit den rohen Gemüsen – gerne zum **Aperitif**. Mit den gegarten Komponenten ist es ein vollwertiges **Abendessen!**

- **Ihr rohes Lieblingsgemüse** : gut geeignet sind etwa **Staudensellerie, Karotten, Gurken, Kirschtomaten...**
- **Als gegarte Komponenten** passen kleine **Kartoffeln, grüne Bohnen, Blumenkohl, gekochte Eier**, aber auch **gedünsteter Fisch und Crevetten**
- **Für die Aïoli** : **150ml Öl (halb Olive/halb Sonnenblume), 2 Knoblauchzehen, 1 Eigelb, 1-2 Teelöffel Senf, 1 guter Spritzer Zitronensaft, Salz und Pfeffer**

Das rohe Gemüse können Sie einfach in Stücke schneiden, die praktisch zum Dippen sind. Währenddessen garen Sie die anderen Zutaten und schneiden sie ebenfalls in Stücke. Arrangieren Sie alles je nach Geschmack auf einer Platte.

Für die Aïoli vermischen Sie das Eigelb mit dem gepressten Knoblauch und dem Senf. Anschließend geben Sie nach und nach das Öl hinzu und verschlagen alles mit einem Schneebesen. Würzen Sie die Aïoli mit dem Zitronensaft und Salz und Pfeffer – und genießen Sie sie mit einem kalten Glas Wein zu den frischen Gemüsen. ☺