Artikel vom 29.07.2026 · Ausgedruckt am 11.11.2026, 01:50 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/carrot-punch-cremig-suesser-karottensaft-mit-vanille

Carrot Punch – Cremig-süßer Karottensaft mit Vanille



Foto: Marcel Jaxy

Zutaten (für 4 große Gläser):

1,2 kg Karotten (geschält und grob geschnitten)

1 l Hafer- oder Kokosmilch

600 ml Wasser

1,5 EL Vanilleextrakt

1 TL gemahlener Zimt

7 EL Ahornsirup oder Agavendicksaft (nach Geschmack)

8 Eiswürfel sowie eine Mischung aus Kokosraspeln und braunem Zucker für die Garnierung der Glasränder

1 Limettenscheibe zum Servieren

Zubereitung:

Für diesen cremig-süßen Drink zunächst die geschälten und grob geschnittenen Karotten zusammen mit dem Wasser in einem großen Topf herrlich weich kochen. Anschließend die gekochten Karotten mitsamt dem Kochwasser, der gewählten pflanzlichen Milch, dem aromatischen Vanilleextrakt, dem Zimt und dem Ahornsirup oder Agavendicksaft portionsweise in einem Standmixer fein pürieren.

Wer eine besonders feine und seidige Textur bevorzugt, kann den Saft im Anschluss noch durch ein feines Sieb streichen.

Für den kleinen Wow-Effekt werden die Ränder der Gläser mit Wasser befeuchtet und kopfüber in eine Mischung aus Kokosraspeln und braunem Zucker gedippt. Das leuchtend orange Getränk gut gekühlt und mit den Eiswürfeln und der Scheibe Limette servieren – eine herrlich erfrischende Wohltat!

Marcel Jaxy