

## Gote macht Italienische Giardiniera – Antipasti zum Grillteller

**Der Sud**

350ml Weißwein-Essig

650ml Wasser

Ca. 150g Zucker

Ca. 10g Salz

**Das Gemüse**

**Gesamtgewicht etwa 800g, geputzt gewogen**

300g Blumenkohl

150g Möhren

1 Fenchelknolle

10 Schalotten

15 grüne Stangen-Bohnen

Außerdem: Schwarzer Pfeffer, Olivenöl

**Zubereitung**

Das Gemüse waschen und putzen. Den Blumenkohl in kleine Röschen zerteilen, die Schalotten längs halbieren. Die grünen Bohnen an beiden Enden kurz abschneiden und in drei Zentimeter lange Stücke teilen. Die Fenchelknolle in dünne Schnitze von ähnlicher Länge wie die Bohnen zerkleinern.

Alle Zutaten für den Sud in einem Topf aufkochen und sprudelnd kochen lassen bis sich Zucker und Salz aufgelöst haben. Vorsichtig probieren und eventuell noch mit etwas mehr Salz, Zucker und/oder Essig abschmecken. Das Gemüse in den Sud schütten und bei großer Hitze wieder aufkochen, dann eine Minute kochen und die Hitzezufuhr abschalten. Deckel auflegen und das Gemüse im Sud kalt werden lassen (etwa sechs Stunden).

Den Sud abgießen und das Gemüse im Kühlschrank über Nacht ruhen lassen. Zum Servieren etwas Olivenöl darüber gießen, mit frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer würzen. Kühl servieren.

Guten Appetit!