

---

## SCHOPFIGE TRAUBENHYAZINTHEN NACH JORGOS

---



### Zutaten

---

300 g Schopfige Traubenhyazinthen  
2 dl Traubenessig  
1 EL Aceto Balsamico (Sonja's Tipp)  
1 EL Meersalz  
2 dl natives Olivenöl extra  
etwas Petersilie, fein geschnitten

### Tipp

---

Als Beilage oder zu einem Picknick. Man isst davon nicht Mengen, sondern nur zwei drei Stück.  
Muss nicht im Kühlschrank gelagert werden - drei Wochen problemlos haltbar.

### Und so wird es gemacht ;-)

---

1 Die Zwiebeln säubern, die äusserste Schale und die Wurzel abschneiden. In einem Topf Wasser aufkochen. Wenn das Wasser kocht die Zwiebeln hineingeben.

---

2 Vier Minuten kochen lassen, alles in ein Sieb leeren, frisches Wasser aufkochen, jetzt das Wasser salzen. (doppelte Menge als für Spaghettiwasser)

---

3 Die Zwiebeln zugeben und vier Minuten kochen lassen. Mit einem Messer kurz einstechen um zu sehen, ob sie gar aber noch fest sind.

---

4 Das Ganze in ein Sieb giessen und die Zwiebeln in gesalzenes, kaltes Essig-Wasser einlegen für 24 Stunden.

## Und weiter ...

---

5 Am anderen Tag alles in ein Sieb giessen, etwas abtropfen lassen und in Olivenöl einlegen.

---

6 Mit frischem Zitronensaft und Olivenöl beträufeln und servieren.

## Küchen-Philosophie

---

Mit dem Geist ist es wie mit dem Magen: Man kann ihm nur Dinge zumuten, die er verdauen kann.

Winston Churchill