

# Glasierte Karotten

für 1 Person

Vorbereitungszeit

5 Minuten

Kochzeit

10 Minuten aktiv, 0 Minuten passiv

Menukosten ca.

Chf. -.35

Nährwert pro Rezept

105 Kcal, 9 g Fett, 6 g KH

---

## Zutaten

80 g Karotten , Stäbchen

10 g Butter

1 g Tonamat (RL Gewürz)

0.5 g Zucker

1

andünsten

nach Belieben würzen, zugedeckt ca. 10 Min.  
weichkochen, wenn nötig ein wenig Wasser  
zugeben, Flüssigkeit sollte Sirupartig sein