

# AIOLI - DIE SPANISCHE KNOBLAUCH-MAYONNAISE AUF ZWEI ARTEN

Vorbereitungszeit: 10 Minuten



Aioli ist ein Dip, der eigentlich klassisch nur aus gemörserterem Knoblauch, Olivenöl und Salz hergestellt wird. Die meisten kennen Aioli als Knoblauchmayonnaise, die gerne zu Brot gereicht wird. Aber auch zu gegrilltem Fisch, Garnelen oder Fleisch ist sie sehr lecker. Ich zeige dir hier beide Varianten.

## **Aioli aus Mayonnaise Basis (Variante 1)**

### **Schritt 1**

Knoblauch schälen und schneiden. Ich verwende ihn in meinem Rezept gegart, ihr könntet ihn aber auch roh verwenden. Im ersten Fall erhitze ich den Knoblauch leicht mit einem kleinen Teil von dem Öl. Dann abkühlen lassen, bevor man ihn zu der Mayonnaise gibt.

### **Schritt 2**

Die Milch mit dem Senf, etwas Salz kurz mit einem Pürierstab aufmixen. Man kann die Aioli allerdings auch mit einem Schneebesen machen. Dann nach und nach unter ständigem mixen das Öl in einem kleinen Strahl einlaufen lassen. Gegebenenfalls etwas kaltes Wasser zugeben, falls die Mayo zu dick wird.

### **Schritt 3**

Zum Schlüss den Knoblauch mit dem restlichen Öl einmischen. Mit einem Spritzer Zitronensaft abschmecken.

Guten Appetit!

## Aioli klassisch (Variante 2)

### Schritt 1

Knoblauch schälen und kleinschneiden. Alles in den Mörser geben, mit Salz vermischen und zu einer Paste mörsern.

### Schritt 2

Dann nach und nach unter ständigem Rühren das Öl einträufeln lassen. Optional mit einem Spritzer Zitronensaft abschmecken.

Guten Appetit!

\* Mit dem Kauf dieser Produkte bekomme ich eine kleine Provision. Ihr unterstützt damit meinen Kanal. Für euch bleibt der Preis allerdings gleich, es kostet also nicht mehr.

## Meine Töpfe und Pfannen\*:

### Tipps

Da die selbstgemachte Mayonnaise ohne Ei ist, kann man sie auch bedenkenlos zum Grillen auf den Tisch stellen, wenn die Sonne scheint.

Um den Knoblauch einfacher zu schälen, kann man die Zehen mit der flachen Seite des Messers anklopfen. Dann löst sich die Schale wie von selbst.

Das Garen des Knoblauchs in Öl macht ihn deutlich besser bekömmlich.

Ersetzt man die Milch mit Sojamilch, ist dieses Rezept auch vegan.

## Zutaten:

### **Aioli auf Mayonnaise Basis (Variante 1):**

- 70 g Milch
- 1 TL Senf (z.B. Dijonsenf)
- Salz
- Knoblauch (5-7 Zehen)
- Sonnenblumen- oder Rapsöl 200 g
- ein Spritzer Zitronensaft

### **Aioli klassisch (Variante 2):**

- 5-6 Zehen Knoblauch
- 40-50 ml Öl (Olivenöl oder Sonnenblumenöl)
- Salz
- ein Spritzer Zitronensaft (optional)

Wie gefällt dir das Rezept?

Klicken Sie auf einen Stern, um dieses Rezept zu bewerten!

Bewertung abgeben

Durchschnittliche Bewertung 4.8 / 5. Anzahl der Bewertungen 103

Bisher noch keine Bewertung! Seien Sie der Erste, der dieses Rezept bewertet.

## Mein vegetarisches Kochbuch: