Unser Rezept

DER WOCHE

BUNTES OFENGEMÜSE

MIT KNACKIGEM SALAT

ZUTATEN

5 Karotten

500 g Kartoffeln

3 – 4 Rote Bete

1 Bund Frühlingszwiebel

200 g Schnittsalat

2 Knoblauchzehen

4 EL Olivenöl

1 Esslöffel Senf

1 Esslöffel Tomatenmark

1 EL Rosmarin

1 EL Paprikapulver

Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG

Den Backofen auf 230 °C vorheizen.

Die Karotten, Kartoffeln und Rote Beete in 1 cm dicke Stifte schneiden. Die untere Hälfte der Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden und den oberen Teil ebenfalls schneiden und für den Salat zur Seite stellen.

Alles Gemüse in eine Große Schüssel geben und mit Olivenöl, Senf, Tomatenmark, gepressten Knoblauch und Gewürzen vermengen.

Das Ganze auf ein Backblech geben und im Backofen ca. 30 – 45 Minuten garen lassen.

Den Salat mit Frühlingszwiebelgrün, frischen Kräutern und eigenem Lieblingsdressing zubereiten und mit dem Gemüse auf Tellern servieren.

Gut dazu passt auch ein Tzatziki mit Gurke und Knoblauch.

Fertig!

WEIERHÖFER Gartengemüse

Orfeas Fischer und Sara Knapp GbR · Zur Burg 1 · 67295 Bolanden
hallo@weierhoefer-gartengemuese.de · www.weierhoefer-gartengemuese.de