



Wintergemüse aus dem Backofen

(Gelbe Bete, Batate, Sellerie, Möhren)

Rezepte vom LAISEACKER



Zutatenliste (3 Personen):

300 g Gelbe Bete, 300 g Batate, 200 g Möhren, 100 g Rote Bete, 1 Knoblauchzehe, 1 Schalotte, 1 Zitrone, 150 g Jogurt, 1 EL Salz, 4 EL Citrolive Öl, 1 TL Quarkgewürz

Zubereitung:

1. Das Gemüse (Außer Knoblauch und Zwiebel) waschen und ggf. Schälen, dann in gleichmäßig große Stifte schneiden und den Backofen bei 175 Grad Ober- / Unzerhitze vorheizen.
2. Eine Auflaufform einölen, die Gemüsestifte hineingeben und das restliche Öl drüber geben, salzen und dann alles gut vermischen. In den Backofen schieben, für ca. 45 Minuten.
3. Zwiebel und Knoblauch ganz fein schneiden und nach der Hälfte der Garzeit, über das Gemüse geben.
4. Aus Jogurt, Kräutern (gern auch frische), dem Saft aus der Zitrone und etwas Salz einen Dip zusammen rühren.

Viele weitere tolle Rezeptideen finden Sie auf www.laiseacker.de.

Guten Appetit



www.LAISEACKER.de