

# WINTERGEMÜSE AUS DEM OFEN

GESAMTZEIT 30 Minuten

ARBEITSZEIT 10 Minuten

NIVEAU Simple

*Saisonales Gemüse gibt es auch im Winter. Je nach Geschmack kann dort zwischen rote Bete, Kürbis, Karotten, Pastinaken, Schalotten, Süßkartoffel, Schwarzwurzel, verschiedenen Kohlsorten u.v.m. ausgewählt werden. Einfach würzen und in den Ofen schieben. Knackig-frisch, regional und sehr gesund. Eine gelungene Abwechslung zur deftigen Kost in den Wintermonaten.*

## BEILAGE FÜR 4 PERSONEN

- saisonales Gemüse (z.B. rote Bete, Kürbis, Karotte, Pastinaken, Scharlotten, Süßkartoffel, Schwarzwurzel usw.)
- Olivenöl
- grobes Meersalz

Den Backofen auf 180°C vorheizen. Währenddessen das Gemüse (je nach verwendeter Sorte) schälen, waschen, putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Das Gemüse auf einem Backblech verteilen und mit Olivenöl beträufeln.

Das Wintergemüse in den vorgeheizten Backofen schieben und für ca. 20 Minuten goldbraun backen. Wenn das Wintergemüse gar ist, mit groben Meersalz würzen und sofort servieren.

**Tipp** | Wer mehr Abwechslung in der Würze haben möchte, kann vor dem Backen noch frische Kräuter (wie z.B. Rosmarin) mit aufs Blech legen oder kurz vor dem Servieren noch etwas Sesamöl auf das Gemüse träufeln.



*Felix*