



Ofengegartes Wurzelgemüse

4 Portionen

2 (lila) Möhren

2 Petersilienwurzeln

2 Rote Bete

4 Stücke Topinambur

2 Pastinaken

Sonnenblumen- oder Maiskeimöl, evtl. auch Rapsöl

Salz, am besten grob gemahlen

- Möhren schälen längs vierteln und dann in große Stücke schneiden
- Petersilienwurzeln schälen, längs vierteln, das dünne Ende verwerfen
- Rote Bete schälen und in 8 oder 12 Stücke schneiden (Schiffchen)
- Topinambur schälen und gegebenenfalls halbieren
- Pastinaken schälen, längs vierteln und in Stücke schneiden
- Backofen auf 150° vorheizen

Das Gemüse in eine Schüssel geben und mit Öl begießen. Vermengen, damit die Stücke komplett mit Öl benetzt sind. Alle Gemüsestücke auf ein Backblech setzen, und zwar so, dass sie immer auf einer Rundung stehen und nicht auf einer Schnittfläche liegen. Das ist sehr wichtig für ein gleichmäßiges Garen. Für ca. 40 Min in den Ofen geben. Jetzt erst salzen und sofort servieren.