

Curry-Ofengemüse

Rezept für 4 Personen

Zubereitungszeit: 50 Minuten

ca. 500 g rohe Rote Bete	waschen, putzen, mit dem Sparschäler schälen + in 1 cm kleine Würfel schneiden.
ca. 300 g Knollensellerie	sowie
ca. 700 g Möhren	waschen, putzen, mit dem Sparschäler schälen und beides in mundgerechte schneiden.
2 Knoblauchzehen	pellen + hacken.
2 EL Rapsöl	Alles in einer Schüssel mit
1-2 EL Currypulver	+
1 EL Honig	+
1 TL jodiertem Speisesalz	+
	vermischen, in eine Auflaufform oder auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben + 30- 35 min bei 220°C backen.
jodiertem Speisesalz, Currypulver	Ggf. mit abschmecken.

Tipp:

- Kann auch mit Petersilienwurzel oder Pastinake zubereitet werden
- Kann auch nur mit Möhren zubereitet werden, z.B. bunten Möhren
- Dazu passt z.B. ein Quark-Dipp oder Hummus

