

Haidehof Rezepte 2023

Kalenderwoche:

Gerösteter Rote-Bete und Karotten Salat:

Zutaten

- 2 mittelgroße Rote-Beeten, geschält und gewürfelt (Handschuhe tragen!)
- 2 mittelgroße Karotten, geschält und gewürfelt
- 2 EL Öl
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- 2EL Balsamico Essig
- 2EL Honig
- ¼ Tasse zerbröckelter regionaler Ziegenkäse Käse (optional)
- 2EL gehackte, frische Petersilie



GUT
HAIDE
HOF



Den Ofen auf 200°C vorheizen.

Die gewürfelten Rote-Beeten und Karotten in einer Schüssel vermengen. Mit Olivenöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Gut vermischen, damit das Gemüse gleichmäßig überzogen ist.

Das Gemüse auf einem Backblech in einer einzigen Schicht verteilen.

Im vorgeheizten Ofen etwa 20-25 Minuten rösten, bis die Rote-Beeten und Karotten zart und leicht karamellisiert sind. Du kannst das Gemüse zur Hälfte der Garzeit wenden, um eine gleichmäßige Röstung zu erreichen.

Während das Gemüse im Ofen ist, die Dressing-Zutaten vorbereiten. In einer kleinen Schüssel den Balsamico Essig und den Honig gut verrühren.

Sobald das geröstete Gemüse fertig ist, aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen.

Die geröstete Rote-Beete und Karotten Mischung in eine Servierschüssel geben. Das Balsamico-Honig Dressing über das Gemüse träufeln und vorsichtig vermengen.

Wenn gewünscht, den Käse in kleinen Häufchen über den Salat streuen.

Mit gehackter frischer Petersilie garnieren.

weitere Rezepte und Ideen finden Sie auf: @Spoon_n_apron



Instagram