

Backofengemüse

Zutaten für 4 Personen

800 g Kartoffeln /
Süßkartoffeln

1 Zucchini

1 Fenchelknolle

1 große Zwiebel

2 Knoblauchzehen

Je 1 rote und eine grüne
Paprikaschote

2 Tomaten

n. B. Rosmarin, Thymian

n. B. Salz und Pfeffer

3 EL Rapsöl

Zubereitung

Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Kartoffeln waschen und vierteln. In eine Auflaufform legen, salzen und Olivenöl darüber geben und vermischen. Für ca. 30 Min. in den Ofen geben und ab und zu wenden.

Das restliche Gemüse waschen und in mundgerechte Stücke zerkleinern. Die Zwiebel in Spalten schneiden und den Knoblauch fein hacken. Die Auflaufform aus dem Ofen nehmen, das Gemüse, die Zwiebeln und den Knoblauch unter die Kartoffeln mischen. Mit Salz, Pfeffer, Rosmarin und Thymian würzen.

Im Ofen für 25 bis 30 Min. bei 175 Grad Umluft fertig backen.

Bei Fragen wenden Sie sich gerne an mich unter 0163-5527237 oder per Mail
info@trophus.de !