OFENGEMÜSE MIT TOMATEN-TAHINI-DIP

VEGAN

All-time-Favorite: Ofengemüse! Probiert unsere Variante mit Wurzelgemüse der Saison und Tomaten-Tahini-Dip.

Schwierigkeitsgrad	Arbeitszeit	Anlass
Einfach	45 Minuten	Hauptgericht

Zutaten für 4 Personen:

Für das Ofengemüse

- 5 Möhren
- 3 Pastinaken
- 1 große Süßkartoffel
- 6 mittelgroße Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 TL Paprikapulver
- 3 EL biozentrale Natives Olivenöl Extra
- biozentrale Sesam
- Salz und Pfeffer nach Belieben

Für den Dip

- 2 EL biozentrale Tomatenmark
- 1 TL biozentrale Aufstrich Paprika
- 1 EL biozentrale Tahin Sesammus

WIR WÜNSCHEN EINEN GUTEN APPETIT!

www.biozentrale.de

OFENGEMÜSE MIT TOMATEN-TAHINI-DIP

Zubereitung

1. Möhren, Pastinaken, Süßkartoffel und Kartoffeln in würfelgroße Stücke schneiden. Zwiebel und Knoblauchzehe kleinhacken.
2. Gemüsewürfel in einer Schüssel mit 3 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, Paprikapulver, den gehackten Zwiebeln und Knoblauch vermengen.
3. Gemüse auf einem Backblech verteilen und bei 200 °C ca. 30 Minuten im vorgeheizten Ofen backen.
4. Währenddessen den Dip anrühren: 2 EL Tomatenmark, 1 TL Paprika Aufstrich, 1 EL Tahin und etwas Wasser verrühren.
5. Gemüse mit Dip anrichten und Sesam über das Gericht streuen – genießen.

WIR WÜNSCHEN EINEN GUTEN APPETIT!