

Rezept

Ofengemüse mit Honigöl

Ein Rezept von Ofengemüse mit Honigöl, am 18.01.2025

Zutaten

300 g Rosenkohl	300 g Pastinaken oder Knollensellerie
300 g Möhren	2 Fenchelknollen
300 g Topinambur	1/2 Bund Thymian
2 Zweige Rosmarin	4 Knoblauchzehen
1 getrocknete Chilischote	Salz
Pfeffer aus der Mühle	150 ml Weißwein oder Gemüsebrühe
6 EL Olivenöl	1/2 EL Honig

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 zum Sattessen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 240 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 220 Grad vorheizen. Gemüse waschen und putzen oder schälen. Rosenkohlröschen ganz lassen oder längs halbieren. Pastinaken und Möhren längs aufschneiden, Sellerie grob würfeln. Fenchel vierteln, Strunk abschneiden. Die Topinambur ganz lassen. Kräuter abbrausen, trockenschütteln und Blättchen und Nadeln von den Zweigen streifen. Knoblauch schälen und mit Kräutern und Chilischote fein hacken. Mit Salz und Pfeffer unters Gemüse mischen.
2. Das Gemüse in eine hitzebeständige Form füllen, mit Wein oder Brühe begießen, mit Alufolie abdecken. Im Ofen (Mitte, Umluft 200 Grad) etwa 25 Minuten backen.
3. Das Olivenöl mit dem Honig verrühren. Folie von der Form nehmen, das Gemüse mit dem Honigöl begießen und offen noch einmal etwa 25 Minuten backen, bis es schön gebräunt ist. Abschmecken und heiß essen.