



Ofengemüse aus saisonaalem Gemüse

Fertig in
40 min

Schwierigkeit
Einfach

Je nach Saison variiertes Ofengemüse

Nach belieben Kürbis - Hokkaido oder Butternut

Nach belieben Eiertomaten

Nach belieben Romanesco

Nach belieben Spitzpaprika

Nach belieben Zwiebeln

Nach belieben Knoblauch

Frische Chili nach Bedarf

Rosmarin

Gewürze: Chili, Salz, Pfeffer, etwas Zucker

Pass besonders gut zu: Kartoffel-Ecken aus dem Ofen

Zubereitung

Zuerst die Zwiebeln und der Knoblauch abziehen, Zwiebeln vierteln, Knoblauch fein hacken.

Den Kürbis und Paprika in längliche, dünne Streifen schneiden, die Tomaten halbieren und den Romanesco in kleine Röschen aufteilen.

Je nach Bedarf nun die Chili halbieren, die Kerne mit einem Messer heraus nehmen und anschließend klein schneiden. Das Gemüse samt Chili zusammen mit reichlich Öl und Knoblauch in einer Schüssel vermengen. Etwas Rosmarin hinzufügen, mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken.

Danach alles auf ein Blech und bei 180°C und Umluft für 25 Minuten im Ofen garen lassen und anschließend servieren. Schmeckt besonders gut mit Aioli oder Frühlingsquark.