

Mariniertes Wintergemüse



Zutaten:

Zutaten (für 4 Personen)

- 250 g Petersilienwurzeln
- 250 g Pastinaken
- 300 g Möhren
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 EL Zuckerrübensirup
- 2 TL Salz
- 8 EL Sonnenblumen- oder Rapsöl
- 3 EL Apfelessig
- 2 EL gehackte Sonnenblumenkerne
- Etwas geschnittene Petersilie



Zubereitung

Den Backofen auf 200°C vorheizen. Die Petersilienwurzeln, Pastinaken, Möhren schälen und in ca. 4 cm lange Stifte schneiden. Die Zwiebel schälen und in Spalten oder grobe Würfel schneiden. Die Knoblauchzehe in Scheiben schneiden. Gemüse, Knoblauch und Zwiebeln mit Zuckerrübensirup, Salz und Öl mischen. Das Gemüse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech verteilen. Im Ofen bei 200°C ca. 35 Minuten backen. Zwischendurch wenden.

Vor dem Servieren mit Apfelessig, Sonnenblumenkerne und Petersilie bestreuen.

Guten Appetit!