

Ofengemüse



Zutaten für 4 Personen:

8-12 Kartoffeln
4 Karotten
1-2 Zucchini
Olivenöl und Gewürze
Nach Belieben:
Paprika
Champignons
Fenchel
Süßkartoffel
Brokkoli...

Für den Dip:
1 Becher Skyr
Kräuter (frisch oder TK)
Gewürze

Zubereitung:

Das Gemüse waschen und je nach Auswahl schälen.
Festes Gemüse wie z.B. Kartoffeln oder Karotten in kleinere Würfel (ca. 1,5 cm x 1,5 cm) oder Scheiben schneiden. Weicheres Gemüse in etwas größere Stücke schneiden.
Wenn das gesamte Gemüse gewaschen und geschnitten ist, mit etwas Olivenöl vermengen und mit Salz und etwas Pfeffer würzen.
Das Ganze nun bei 170 °C im vorgeheizten Backofen garen. Je nach Gemüse braucht es 20 - 40 Minuten.
In der Zwischenzeit den Skyr mit den Kräutern verrühren und würzen.