



get hungry!

## OFENGEMÜSE MIT DIJONGLASUR

### ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN

- > 2 Pastinaken
- > 4 große Karotten
- > 1 Kohlrabi
- > 3 EL gekörnter Senf
- > 3 EL Ahornsirup
- > 3 EL Olivenöl

### ZUBEREITUNG

Backofen auf 220 Grad vorheizen (Umluft: 200 Grad).

Das Gemüse waschen, schälen, in Stifte schneiden.

Körnersenf, Ahornsirup und Öl in ein Schraubglas geben, ordentlich schütteln und über das gemischte Gemüse geben.

Backpapier auf ein Blech geben und Gemüse darauf gleichmäßig verteilen.

Für ca. 25 Minuten in den Ofen geben, dabei bei der Hälfte der Zeit einmal umrühren.

Dazu Kräuterquark oder Sour Cream reichen. Mit **Polenta** wird's ein leckeres Hauptgericht.

