

Salat von Ofengemüse

Zutaten für 4 Portionen:

Für das Gemüse:

1 kg verschiedene Gemüsesorten, z.B. Karotten, junge Kartoffeln, Kohlrabi, Brokkoli, rote Zwiebeln

2 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer

1 Lorbeerblatt

gemahlene Gewürze wie Koriander, Kümmel, Kreuzkümmel, Anis

Für die Vinaigrette:

2 Handvoll gemischte frische Kräuter, z.B. Dill, Petersilie, Kerbel, Schnittlauch

1/2 EL Senf

2 EL Weißweinessig

1/2 EL Agavendicksaft

2 EL Rapsöl

2 EL Sonnenblumen- oder Traubenkernöl

Zubereitung:

Wurzelgemüse in ca. 2 cm dicke Stücke, Zwiebeln in acht Spalten und Kartoffeln in 2 cm dicke Spalten schneiden. Brokkoli in mundgerechte Röschen teilen. Restliches Gemüse der Länge nach oder quer in kräftige, gleich dicke Scheiben schneiden.

Backofen auf 180°C Umluft vorheizen. Die Gemüsesorten mit jeweils einem EL Olivenöl, etwas Salz und Pfeffer und nach Geschmack mit weiteren frisch gemörserten Gewürzen mischen.

Ein Backblech mit Backpapier auslegen und darauf alle Gemüsesorten mit dem Lorbeerblatt verteilen.

Das Blech 25–30 Min. in den heißen Ofen schieben, in dieser Zeit einmal wenden.

Kräuter mit Senf, Weißweinessig, Salz, Pfeffer und Agavendicksaft mischen, die beiden Öle unterrühren und nochmals abschmecken.

Heißes Gemüse auf Teller verteilen, die Vinaigrette darüber träufeln und mit frischen Kräutern bestreuen.