

Hauptgericht

44 / 2013
die gute EssIdee

Herbstliches Ofengemüse

mit Cabanossi und Feta

Fotografie: Annika Schmitt

tegut...

Herbstliches Ofengemüse

mit Cabanossi und Feta

• wenn Freunde kommen • gut vorzubereiten

Zubereitungszeit ca. 20 Min.

Garzeit ca. 40 Min.

Zutaten für ca. 4 Portionen

500 g Kartoffeln (vorwiegend festkochend)

600 g Wurzelgemüse (z. B. Möhren, Pastinaken und Petersilienwurzeln)

4 Stangen Sellerie

1 rote Zwiebel

1 Knoblauchzehe

3 Zweige Rosmarin

150 g Cabanossi

4 El Olivenöl

Gewürzsalz (z. B. die Sorte

„feurig-fruchtig“ von Alnatura)

150 ml Gemüsebrühe

200 g Fetakäse

Zubereitung

1. Kartoffeln, Wurzelgemüse waschen, putzen, schälen und längs vierteln. Sellerie in Stücke schneiden, das Grün beiseitelegen. Zwiebel abziehen, in Spalten schneiden. Knoblauch abziehen, fein hacken. Rosmarin waschen, trocken schütteln. Wurst in Scheiben schneiden.

2. Alles mit Olivenöl vermengen, auf einem tiefen Blech verteilen, mit Gewürzsalz bestreuen. Im 200 Grad heißen Ofen auf der 2. Schiene von unten ca. 20 Min. garen. Dann Gemüsebrühe über das Gemüse gießen, zerbröckelten Feta daraufverteilen, weitere ca. 20 Min. garen. Ofengemüse mit klein geschnittenem Selleriegrün bestreut servieren.



Das feurig-fruchtige Gewürzsalz von Alnatura ist eine pffiffige Mischung aus Meersalz, getrockneten Paprikaschoten, Orangenschalen, Hibiskusblüten, Koriandersamen, schwarzen und grünen Pfefferkörnern, Chili sowie rosa Pfefferbeeren. Es eignet sich zum Würzen kalter wie warmer Speisen.

Sie können sich die gute EssIdee auch bequem per E-Mail zusenden lassen.

Jetzt kostenlos anfordern unter www.tegut.com/newsletter



**tegut...
Kundenbetreuung**

0800/ 000 22 33

Mo.–Fr. 8.00–18.00 Uhr
(kostenfrei aus dem dt. Fest- und Mobilfunknetz)

Tipps

aus der tegut...

Kochwerkstatt

Leckere Variante: Die Ofengemüse-Suppe

Dafür Ofengemüse auf Suppenteller verteilen, heiße Gemüsebrühe angießen, Parmesan oder Bergkäse darüberhobeln. Mit knusprigem Baguette servieren.

Lust auf etwas Kerniges?

Einfach eine Handvoll grob gehackter Walnuss-, Haselnuss- oder Mandelkerne zusammen mit dem Fetakäse am Ende über dem Ofengemüse verteilen.

