



GEMÜSE - POMMES

Fries before anything else! Und wenn diese dann auch noch bunt und aus Gemüse sind, umso besser. Gleich nachmachen und durchkosten!

ZEITSCHÄTZUNG

45 MIN

SCHWIERIGKEIT

KRIEG ICH HIN

ERNÄHRUNG

VEGETARISCH

DAS BRAUCHST DU

für 4 Portionen:

- 1 Pkg. **Simply Good Rote Rüben**
- 3 Bunte Karotten
- 1/2 Knollensellerie
- 2 Pastinaken
- 1/2 Süßkartoffel
- 1 Kartoffel
- 2 Zweige Rosmarin
- 2EL Olivenöl
- Pfeffer
- Salz
- etwas Reismehl
- Für den Dip:
 - 4 EL Sauerrahm
 - 1 EL Tomatenmark
 - 1 TL Balsamicoessig
 - 1 TL Honig
 - etwas Knoblauch
 - 1 Prise Salz
 - 1 Prise Pfeffer

SO GELINGT'S DIR

1

Die Simply Good Rote Rüben sowie frisches Gemüse in fingerdicke Stifte schneiden.

3

Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen und in Reismehl wälzen.

5

Für den Dip alle Zutaten miteinander vermengen.

2

Das frische Gemüse in kochendem Salzwasser für 2 Minuten garen. Anschließend abschrecken und trocken tupfen.

4

Im Ofen für 25 Minuten bei 250°C backen. Tipp: Für den besonderen Crunch Gemüse in Öl in einer Pfanne frittieren.

6

Gemüse-Pommes zusammen mit Rosmarinspitzen servieren.