

Gewürz-Karotten mit Honig, Zitrone und Feta

Zutaten für etwa 4-6 Portionen:

800 g normale mittelgroße Karotten
2 El Olivenöl
1 bis 1 ½ El Gewürze, ganz oder grob gemörsert
z.B. Kreuzkümmelsamen, Koriander ...
Salz, Pfeffer
1 Zitrone (Saft)
3 El flüssigen Honig
100 g Feta (oder Ziegenfrischkäse)
1 Handvoll Dill
Schwarzkümmelsamen zum Bestreuen

Vorbereitung:

Die Karotten waschen, schälen und in 2,5 cm dicke schräge Stücke schneiden.
Den Dill fein schneiden.

Zubereitung:

1. Backofen auf 200 ° C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
2. Karottenstücke mit Olivenöl und den Gewürzen vermischen.
Mit Salz und Pfeffer würzen.
10-15 Minuten ziehen lassen.
3. Nochmals gut vermischen, damit die Karotten vollständig mit Öl benetzt sind.
Auf einem Backblech verteilen.
4. Im heißen Backofen insgesamt etwa 30-40 Minuten backen, bis die Karotten zart sind.
5. In einer Schüssel Zitronensaft und Honig verrühren, bis sich der Honig aufgelöst hat.
6. Nach etwa 25 Minuten die Karotten aus dem Backofen nehmen und mit der Zitronen-Honig-Mischung beträufeln.
7. Gemüse noch einmal 8-10 Minuten backen, bis die Oberfläche der Karotten karamellisiert.
8. Karotten aus dem Ofen nehmen und auf einer Platte oder Form anrichten.
Feta „darüberbröseln“.
Dill und Schwarzkümmel über das Gericht streuen.