

Schmorgemüse

Zutaten für 4 Portionen als Beilage:

800 g Gemüse mit fester Konsistenz

Karotten, Schalotten, Petersilienwurzeln, Süßkartoffeln, Navetten – o.ä. je nach Saison

2-3 El Olivenöl

Gemüsefond oder Wasser

1 El gehackte Rosmarinnadeln – 1-2 Zweige Thymian

1 Handvoll Petersilie

Salz, Pfeffer, Zucker

Zubereitung:

1. Gemüse schälen oder putzen, je nach Größe halbieren oder in größere Stücke schneiden.
Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.
10-15 Minuten ziehen lassen.
2. Gemüse evtl. in ein Sieb geben und etwas abtropfen lassen.
Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Gemüse anbraten und leicht bräunen.
3. Backofen auf 180 ° C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
4. Fein gehackten Rosmarin und abgezupfte Thymianblättchen zugeben.
Etwas Fond angießen.
5. In eine feuerfeste Form umfüllen (die Gemüse sollten möglichst wenig übereinander liegen).
In den heißen Backofen schieben.
6. Gemüse etwa 40 bis 50 Minuten garen.
Dabei evtl. immer mal wieder etwas heißen Fond angießen.
7. Fein geschnittenen Petersilie zugeben – abschmecken – anrichten.