

Pečená zimní zelenina



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 45min , Porce: 3

61 kalorií , 0 g cukrů , 6 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: Jana Smidži

Odkaz: <https://srecepty.cz/pecena-zimni-zelenina>

Příprava

Zeleninu očistíme a nakrájíme na hranolky. Dýni neloupeme, pouze odstraníme vnitřek se semínky. Červenou řepu a batát oloupeme, česnek pouze rozdělíme na stroužky a necháme ve slupce. Všechno vložíme do pekáče, osolíme, opepříme, přidáme sušené oregano, bazalku, tymián a rozmarýn a pro zvýraznění chuti můžeme přisypat lžičku lahůdkového droždí. Pokapeme olejem (nejlépe olivovým) a všechno promícháme. Dáme do trouby vyhřáté na 180 stupňů a pečeme 25 - 30 minut.

▣ Tip k receptu

Můžeme podávat jako přílohu k masu nebo jen s opečeným toustem.

Ingredience

- 1 menší dýně Hokkaidó
- 2 kořenové petržele
- 3 mrkve
- 1 červená řepa
- 1 paprika (kapie)
- 1 batát
- 1 žlutá cibule
- 1 červená cibule
- 1 hlávka česneku
- koření (bazalka, tymián, rozmarýn, oregano)
- lahůdkové droždí
- sůl
- pepř
- olivový olej
- 1/2 celeru

Kategorie

Česká, Vegetariánská, Zima, Zelenina, Příloha

