

# MEDITERRANES GEMÜSE

## MIT SÜSSKARTOFFELN

### ZUTATEN

2 mittelgroße Zucchini | 2 gelbe oder rote Paprika | 4 große Karotten | 2-3 große Süßkartoffeln  
| 3 Knoblauchzehen | Olivenöl nach Bedarf | Salz | Pfeffer | 1 TL getrockneter Thymian | 1 TL  
getrockneter Basilikum | 1 TL getrockneter Rosmarin | 1 TL Paprikapulver mild

### ANLEITUNG

- Backrohr auf 180° Ober- / Unterhitze vorheizen.
- Die Süßkartoffeln schälen und in Spalten schneiden.
- In einer Schüssel die Süßkartoffelspalten mit 1 TL Paprikapulver, 1 TL Rosmarin und 1 EL Olivenöl vermischen. Auf einem Backblech verteilen (vorher mit Backpapier belegen!) und ca. 20 Minuten im Ofen vorbacken.
- Während die Süßkartoffeln im Ofen sind, das restliche Gemüse waschen (optional schälen) und in mundgerechte Stücke schneiden.
- In einer Schüssel das Gemüse mit je nach Geschmack mit den restlichen Gewürzen, in Scheiben geschnittenem Knoblauch, etwas Salz und Pfeffer mischen.
- Das Gemüse in etwa 1 EL Olivenöl anbraten und einige Minuten bis zur gewünschten Bissfestigkeit braten. Optional kannst du das Gemüse auch mit etwas Gemüsebrühe aufgießen und fertig garten oder im Backofen zubereiten.
- Süßkartoffelspalten mit dem Gemüse anrichten und genießen.

FÜR 2 PERSONEN

ZUBEREITUNGSZEIT:  
CA. 10 MINUTEN

