



Ofengemüse mit Fetacreme

Zutaten:

1 kg Gemüse z.B. Möhren, Sellerie, Kohlrabi, Kartoffeln, 4 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, Rosmarin

Das vorbereitete Gemüse in gleichgroße ca. 3x3 cm Stücke schneiden und in einer großen Schüssel mit dem Öl und den Gewürzen mischen. Backofen auf 180° Umluft vorheizen. Gemüse auf ein Backblech verteilen, in den Ofen geben und ca. 25 min goldbraun backen. Zwischendurch umrühren. Mit einem kleinen Messer prüfen ob das Gemüse gar ist.

Zutaten:

200 g Feta-Käse, 300 g Naturjoghurt, 1 Knoblauchzehe, Chilli, Salz, Pfeffer, Zucker

Feta mit einer Gabel auf einen Teller zerdrücken und in einer Schüssel mit dem Joghurt vermengen. Mit der zerdrückten Knoblauchzehe und den Gewürzen kräftig würzen.

buffet-ok.de
Online-Shop

Biofrische - direkt zu Ihnen nach Hause

Biokisten

frisches Gemüse und Obst • Käse, Eier, Milch, Brot und Fleisch • Naturprodukte • regionale Produkte

Mittagessen

für Firmen, Büros oder Privathaushalte • Schulen und Kindergarten

Partyservice

kalte und warme Buffets • Cateringservice • Organisation und Durchführung

Bio Bistro „Café:ok“

täglich frisch gekochte Mittagessen • hausgebackene Kuchen und Kaffeespezialitäten