Rote Bete aus dem Ofen

Zutaten (für 2 Personen):

· 500 g frische Rote Bete
· 3 EL Weißwein-Essig
· 2 EL Olivenöl
· 1 EL Honig
· alternativ: Agavendicksaft
· 4 Zweige Rosmarin
· 1 Prise Salz
· aus der Mühle: Pfeffer

Ofen auf 180 Grad vorheizen. Rote Bete gründlich waschen und den Strunk entfernen. Das Gemüse muss nicht geschält werden. Knollen vierteln und zusammen mit den Rosmarinzweigen in eine Auflaufform geben. Essig, Olivenöl, Honig oder Agavendicksaft, Salz und Pfeffer vermengen und über die Rote Bete geben. Etwa 1,5-2 Stunden im Ofen backen, bis die Knollen weich sind. Dabei alle 30 Minuten wenden.

Sendung/Quelle: Die Ernährungs-Docs
Sendetermin: 04.03.2024
Koch/Köchin:

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen