

Rostade rotfrukter med äpplen

4 port.

Ingredienser:

300 gram potatis fast sort
200 gram sötpotatis
3 morötter
200 gram kålrot
200 gram rotselleri
2 svenska äpplen
1 rosmarinkvist eller 0,5 tsk torkad rosmarin
4 msk rapsolja
0,5 tsk flingsalt
1 krm svartpeppar

Gör så här:

Sätt ugnen på 200 grader.
Tvätta och skala (valfritt) potatis, sötpotatis, morot, kålrot och rotselleri. Skär i klyftor och stavar i liknande storlek.

Blanda med olja, salt och peppar i en ugnform.
Baka rotfrukterna i 30 minuter. Vänd runt efter halva tiden.

Dela äpplen och skär bort kärnhuset. Skär i grova klyftor. Plocka rosmarin från kvisten.

Ta ut rotfrukterna, tillsätt äppelklyftor samt rosmarin och vänd runt.

Baka i ytterligare 15-20 minuter tills rotfrukterna är mjuka och har fin färg.
Ta ut och smaka av med flingsalt. Lägg upp i fat eller skål samt servera.

Passar utmärkt till fläsk, kyckling eller lamm.



Rostade rotfrukter med äpplen

4 port.

Ingredienser:

300 gram potatis fast sort
200 gram sötpotatis
3 morötter
200 gram kålrot
200 gram rotselleri
2 svenska äpplen
1 rosmarinkvist eller 0,5 tsk torkad rosmarin
4 msk rapsolja
0,5 tsk flingsalt
1 krm svartpeppar

Gör så här:

Sätt ugnen på 200 grader.
Tvätta och skala (valfritt) potatis, sötpotatis, morot, kålrot och rotselleri. Skär i klyftor och stavar i liknande storlek.

Blanda med olja, salt och peppar i en ugnform.
Baka rotfrukterna i 30 minuter. Vänd runt efter halva tiden.

Dela äpplen och skär bort kärnhuset. Skär i grova klyftor. Plocka rosmarin från kvisten.

Ta ut rotfrukterna, tillsätt äppelklyftor samt rosmarin och vänd runt.

Baka i ytterligare 15-20 minuter tills rotfrukterna är mjuka och har fin färg.
Ta ut och smaka av med flingsalt. Lägg upp i fat eller skål samt servera.

Passar utmärkt till fläsk, kyckling eller lamm.



Rostade rotfrukter med äpplen

4 port.

Ingredienser:

300 gram potatis fast sort
200 gram sötpotatis
3 morötter
200 gram kålrot
200 gram rotselleri
2 svenska äpplen
1 rosmarinkvist eller 0,5 tsk torkad rosmarin
4 msk rapsolja
0,5 tsk flingsalt
1 krm svartpeppar

Gör så här:

Sätt ugnen på 200 grader.
Tvätta och skala (valfritt) potatis, sötpotatis, morot, kålrot och rotselleri. Skär i klyftor och stavar i liknande storlek.

Blanda med olja, salt och peppar i en ugnform.
Baka rotfrukterna i 30 minuter. Vänd runt efter halva tiden.

Dela äpplen och skär bort kärnhuset. Skär i grova klyftor. Plocka rosmarin från kvisten.

Ta ut rotfrukterna, tillsätt äppelklyftor samt rosmarin och vänd runt.

Baka i ytterligare 15-20 minuter tills rotfrukterna är mjuka och har fin färg.
Ta ut och smaka av med flingsalt. Lägg upp i fat eller skål samt servera.

Passar utmärkt till fläsk, kyckling eller lamm.



Rostade rotfrukter med äpplen

4 port.

Ingredienser:

300 gram potatis fast sort
200 gram sötpotatis
3 morötter
200 gram kålrot
200 gram rotselleri
2 svenska äpplen
1 rosmarinkvist eller 0,5 tsk torkad rosmarin
4 msk rapsolja
0,5 tsk flingsalt
1 krm svartpeppar

Gör så här:

Sätt ugnen på 200 grader.
Tvätta och skala (valfritt) potatis, sötpotatis, morot, kålrot och rotselleri. Skär i klyftor och stavar i liknande storlek.

Blanda med olja, salt och peppar i en ugnform.
Baka rotfrukterna i 30 minuter. Vänd runt efter halva tiden.

Dela äpplen och skär bort kärnhuset. Skär i grova klyftor. Plocka rosmarin från kvisten.

Ta ut rotfrukterna, tillsätt äppelklyftor samt rosmarin och vänd runt.

Baka i ytterligare 15-20 minuter tills rotfrukterna är mjuka och har fin färg.
Ta ut och smaka av med flingsalt. Lägg upp i fat eller skål samt servera.

Passar utmärkt till fläsk, kyckling eller lamm.

