Ofengemüse mit Tahini-Zitronen-Sauce

Alltag, aber mit Twist. Röstaromen aus dem Ofen, dazu cremige, leicht bittere Tahini-Sauce. Im Ofen entsteht der Geschmack über Röstaromen. Die Zutaten deshalb nicht zu eng legen und ausreichend Hitze geben, damit die Oberfläche bräunt, während das Innere saftig bleibt. Das Rezept ist auf 4–6 Personen ausgelegt und bleibt trotz kräftigem Geschmack alltagstauglich. Die Arbeitsschritte sind bewusst so aufgebaut, dass sich Vorbereitung und Garzeit gut überschneiden. Die Tahini-Zitronen-Sauce erst nach dem Rösten über das Gemüse geben. Dadurch bleiben die karamellisierten Kanten erhalten und die Sauce bringt genau den cremig-frischen Kontrast, den das Ofengemüse braucht.

4–6 Portionen | 50 Min. | 8 g Protein | 100% vegan

Zutaten

- 1 kg gemischtes Gemüse (Karotten, Brokkoli, Blumenkohl, Fenchel)
- 4 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- 4 EL Tahini
- Saft 1 Zitrone
- 1 Knoblauchzehe
- 4–6 EL Wasser
- Salz

Zubereitung

01 Gemüse grob schneiden, mit Öl, Salz und Pfeffer mischen.

02 Bei 220 Grad 35–40 Minuten rösten.

03 Alle Zutaten für die Sauce cremig rühren.

04 Ofengemüse mit Sauce beträufeln und servieren und möglichst frisch auf den Tisch bringen.