

Varm rotfruktssallad

Ugnsrostade rotfrukter och grönsaker smakar så mycket mer.



Ingredienser, 4 portioner

- 1 kg rödlök, morötter, palsternacka, paprika
- 2 msk smält smör
- 1 pressad vitlöksklyfta
- 1 tsk salt
- 1 krm svartpeppar
- 2 tsk rosmarin
- 1 dl rostade sojaböner

Apelsindressing:

- 2 dl matyoghurt
- rivet skal av ½ apelsin
- 2 tsk flytande honung
- 2 krm salt

Gör så här

Sätt ugnen på 225°. Blanda ihop dressingen. Skala lök, morötter och palsternacka. Kärna ur paprikan. Skär alla grönsaker i bitar och lägg på bakplåtspapper i en långpanna. Blanda smöret med vitlök, salt, peppar och rosmarin, häll över grönsakerna. Blanda runt. Stek i mitten av ugnen ca 30 min. Lägg upp rotfrukterna på ett fat och strö över sojabönorna. Servera med dressing och en apelsinklyfta.

Näringsvärden	Per portion inkl. tillbehör
Energi	365 kcal
Protein	16 g
Kolhydrat	38 g
Fett	16 g
