

Baden-Würtlewlberg is(s)† Bio in der Geweinschaftsverpflegung



Süßkartoffeln & Gemüse vom Blech mit Dip

## Zutaten für 10 Portionen

1,5 kg <mark>Süßkartoffeln</mark>, geschält und in 3 cm große Würfel geschnitten 500g Paprika, entkernt und in 2 cm große Stücke geschnitten 300g Pilze (z.B. Champignon, kleine Kräuterseitlinge), halbiert 200 g rote Zwiebeln, geschält und grob geschnitten Frühlingszwiebeln, in 3 cm lange Stücke geschnitten 80 ml Bio-Zitrone, Saft und Abrieb 1 10 g Honig Knoblauchzehen mit Schale, angedrückt 50 g Kürbiskerne Petersilie zum Bestreuen

## Für den Dip

600 g	Frischkäse
600 g	Quark
200 g	Sahne, geschlagen
100g	Karotte, geschält und
	fein geraspelt
50 g	Kräuter, geschnitten
	(z.B. Schnittlauch, Petersilie)
30 g	Curry
20 g	Honig

Salz & Pfeffer Zum Verfeinern: Chili oder Harissa

Salz, Pfeffer

## Zubereituna

- Aus Frischkäse, Quark, Kräutern, Karottenraspeln, Salz, Pfeffer, Honig und Curry einen Dip mischen. Mit Chili oder Harissa abschmecken. Vor dem Servieren geschlagene Sahne unterheben.
- Das geschnittene Gemüse, Pilze und Zwiebeln in einer Schüssel mit 80 ml Öl, angedrückten Knoblauchzehen (mit Schale) und 10 g Salz mischen.
- 3. Auf zwei 1/1 GN-Backbleche flach verteilen.
- 4. Im Kombigerät mit 200 °C Heißluft und 20 % Feuchte ca. 12–15 Minuten backen.
- 5. Herausnehmen und mit Salz, Pfeffer, Honig, Zitronensaft und -abrieb abschmecken.
- Mit Petersilie und Kürbiskernen bestreuen und mit dem Dip servieren.



In der Themenwoche "Baden-Württemberg is(s)t Bio in der Gemeinschaftsverpflegung" werden bei diesem Rezept möglichst viele, aber mindestens die gelb gekennzeichneten Produkte garantiert in zertifizierter Bio-Qualität und Herkunft verwendet. Denn: Bio + Regional = Optimal!







