

Süßkartoffeln mit Rosmarin-Note (glutenfrei)



Portionen: 4 Zubereitungszeit: 15 Minuten Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten:

4 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
800 g Süßkartoffeln
6 Thymianzweige
3 Rosmarinzweige
5 EL Olivenöl
½ TL Chiliflocken
etwas Salz
etwas Pfeffer

Zubereitung:

1. Zuerst die Süßkartoffeln schälen und in Scheiben schneiden. Schälen Sie die Zwiebel ebenfalls und schneiden Sie diese klein.
2. Die frischen Rosmarin- und Thymianzweige waschen, von den Stielen lösen und klein hacken. Geben Sie die Kräuter in eine Schüssel und vermengen sie mit etwas Pfeffer, Salz, den Chiliflocken und dem Olivenöl.
3. Den Knoblauch schälen und zu dem Kräuter-Olivenöl-Gemisch pressen. Wenden Sie nun die Zwiebeln und die Süßkartoffeln in diesem Kräuteröl.
4. Anschließend die mediterrane Zwiebel-Kartoffel-Mischung in eine ofenfeste Form geben und bei 200 Grad für 35 Minuten backen.
5. Aus dem Ofen nehmen und genießen!