

Groenten uit de oven

Ingrediënten:

Groenten naar keuze hier bijvoorbeeld:

Schotel 1:

Groene asperges
Courgette
Pompoen
Paprika
Champignons
Goede olijfolie
Italiaanse kruiden
Patat voor de Airfryer



Schotel 2

Zoete aardappel
Courgette
Groene asperges
Rode peen
Venkel
Olijfolie
Italiaanse kruiden



Nodig:

Bakplaat of grote ovenschaal

Bereidingswijze:

Verwarm de oven voor op 200 graden.

Snijd alle groenten in parten met bijvoorbeeld de ([Gefu Flexicut](#)) of blokjes en rangschik ze leuk op de bakplaat. Bestrooi de schotel heel rijkelijk met de olijfolie en voeg naar smaak de Italiaanse kruiden toe. Afhankelijk van de keuze van de groenten 45-60 min bakken in de oven.

Als variatie kan je er nog uitjes op strooien of bijvoorbeeld (voor de vleesliefhebbers) nog wat spekjes of baconreepjes.

De frites volgens de gebruiksaanwijzing in de airfryer bakken.

Geniet ervan

(recept van Sandra Classen)


Rembrandtstraat 31
2671 GC Naaldwijk
tel. 0174-622168
www.marianskookwereld.nl



Gefu Flexicut, supersnel frites maken