

Rezept für Gemüsepommes

Du brauchst:

- 1 Messer
- 1 Schneidebrett
- 1 Sparschäler
- 1 Schüssel für das geschnittene Gemüse
- 1 Kochlöffel
- 1 Schüssel für Abfall
- 1 Backblech
- Backpapier
- Backofenhandschuhe
- Bratwender

Zutaten:

- Wurzel- und Knollengemüse
nach Geschmack, zum Beispiel:
 - Karotten
 - Kartoffeln
 - Süßkartoffeln
 - Pastinaken
 - Knollensellerie
 - Rote Bete
- Rapsöl
- Salz

Zubereitung:

1. Das Gemüse schälen und in schmale „Pommes“ schneiden.
2. Gemüsepommes in einer großen Schüssel mit dem Öl mischen.
3. Backbleche mit Backpapier auslegen.
4. Gemüsepommes auf die Backbleche verteilen und ganz leicht salzen.
5. Für ca. 20 Minuten bei 210 °C im Ofen backen.
6. Behalte die Pommes gut im Blick! Wenn sie auf der Oberseite dunkel werden, nimm das Blech **mit Backofenhandschuhen** heraus und mische sie einmal mit einem Bratwender.