

Marinierte Möhren mit Schafskäse überbacken

Zutaten:

- 800 g frische Bio-Möhren
- 200 g Schafskäse
- 1 Bd. Kerbel

Für die Marinade:

- 5 EL Rapsöl
- 1 EL Zitronensaft
- 2 Stk. Bio-Orange
- 2 EL Honig
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Bio-Möhren waschen, der Länge nach teilen, ggf. nochmals halbieren. In einer Auflaufform beiseitestellen.

Bio-Orangen mit heißem Wasser waschen.

Eine Orange mit einer Küchenreibe die Schale abreiben, danach auspressen. Die zweite Orange schälen und Filets herausschneiden, diese beiseitestellen.

Den Orangenabrieb, den Zitronen- und Orangensaft, das Rapsöl und den Honig vermischen und mit den Möhren vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Ofen auf 220°C vorheizen und die Möhren ca. 35 Min. backen. Eventuell einmal wenden.

Den zerkleinerten Schafskäse über die Möhren geben und nochmals ca. 5 Min. im Ofen überbacken.

Zum Servieren die Orangenfilets hinzufügen und mit Kerbel bestreuen.

Tipps:

- Als optisches Highlight können auch bunte Möhren genommen werden (gelb, orange, violett). Diese unterscheiden sich geschmacklich nur in Nuancen.
- Sollten Möhren mit Grün gekauft worden sein, dieses waschen und gehackt ebenfalls über das Gericht streuen.
- Die Orangenfilets auf jeden Fall zum Schluss dazugeben, da sie erhitzt bitter werden können.

Dazu passt ein würziges Kartoffel-Pastinaken-Püree oder Bulgur (Weizengrieß).

