



Rindswurst mit Süßkartoffelgemüse

dazu Saure-Sahne-Dip mit Knoblauch und Dill



30-40min



2 Personen

Mit süßlich-herzhaft können wir doch alle etwas anfangen. Und so leicht wie heute machen wir es uns besonders gern: Nach ein bisschen überschaubarer Schnippellei wandern Süßkartoffeln, Zucchini, Tomaten, Karotten und die saftigen Würste in den Ofen und machen sich eine gute Zeit in der Wärme. Wir bereiten inzwischen den Saure-Sahne-Dill-Dip vor, der dann sogleich fertiggestellt und zum festlichen Ofenschmaus gereicht wird. Top!

- 1 Süßkartoffel
- 1 Zucchini
- 1 Karotte
- 2 Tomaten
- 1 Päckchen BBQ-Sauce ^{9,10}
- 1 Päckchen griechische Gewürzmischung
- 3 Rindswürste
- 1 Knoblauchzehe
- 10g Dill
- 1 Becher saure Sahne ⁷

- 1EL Mayonnaise ³
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Knoblauchpresse

Allergene
Eier (3), Milch (7), Sellerie (9), Senf (10).
Kann Spuren von anderen Allergenen
enthalten.

Energie 742kcal, Fett 49.1g,
Kohlenhydrate 38.0g, Eiweiß 35.8g



Den Backofen auf 230°C (210°C Umluft) vorheizen. Die **Süßkartoffel samt Schale** längs halbieren und in ca. 1cm dicke Spalten schneiden.



Den **Knoblauch** schälen, mit aufs Blech geben und 7-10Min. mitrösten. Einige **Dillspitzen** abzupfen und für die Garnitur beiseitelegen. Den **restlichen Dill** sehr fein schneiden.



Die **Zucchini** längs vierteln, dann in 4-5cm lange Stücke schneiden. Die **Karotte** ggf. schälen, ebenfalls längs vierteln und in 4-5cm lange Stücke schneiden. Die **Tomaten** halbieren. Die **Süßkartoffeln**, die **Karotten** und die **Zucchini** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit der **BBQ-Sauce**, 1 EL Olivenöl, der **Gewürzmischung** und 1 kräftigen Prise Salz vermengen.



Den **gerösteten Knoblauch (Vorsicht, heiß!)** durch eine **Knoblauchpresse** drücken und mit der **sauren Sahne**, dem **geschnittenen Dill**, 1EL Mayonnaise sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer verrühren, ggf. mit mehr Salz und Pfeffer abschmecken.



Die **Tomaten mit der Schnittseite nach oben** zwischen das **Süßkartoffelgemüse** setzen, mit 1TL Olivenöl beträufeln und mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen. Die **Würste** darauflegen und alles auf der mittleren Schiene 22-25Min. im Ofen rösten, bis die **Würste** und das **Gemüse** gar sind.



Das **Süßkartoffelgemüse** auf Teller oder Schalen verteilen. Die **Würste** schräg halbieren und auf jedem Teller **3 Würstchenhälften** anrichten. Mit den **Dillspitzen** garnieren und mit dem **Dip** servieren.