

# Glasierte Möhren im Backofen

Gesund, lecker und sehr schnell zubereitet.

☆☆☆☆☆ 4.67 von 59 Bewertungen



VORBEREITUNG

10 Min.

ZUBEREITUNG

25 Min.



GERICHT

Wie bei Oma

KÜCHE

Heimatliebe

PORTIONEN

4 Portionen

KALORIEN

74 kcal

## ZUTATEN

- 600 g Möhren (nicht zu dick)
- 5 EL Olivenöl
- 2 EL Honig
- Salz und Pfeffer
- Rosmarin

### Backzeit/-temperatur

- 25 Minuten 200°C Umluft

Anzeige

## ANLEITUNGEN

Den Backofen vorheizen.

Die Möhren gut waschen, das Grün entfernen und ggfs. schälen.

Öl und Honig miteinander vermengen.

Das Gemüse in dem Honig-/Öl-Gemisch schwenken und alles in einer Auflaufform verteilen.

Auf mittlerer Schiene im Backofen weich backen.

Lasst es euch schmecken.

## NÄHRWERTE

Kalorien 74kcal | Kohlenhydrate 15g | Protein 1g | Fett 2g | Gesättigte Fettsäuren 1g | Ungesättigte Fettsäuren 1g | Natrium 104mg | Kalium 480mg | Ballaststoffe 4g | Zucker 8g | Vitamin A 25059IU | Vitamin C 9mg | Calcium 50mg | Eisen 1mg

Die angegebenen Nährwerte wurden automatisiert berechnet.

## Du hast das Rezept ausprobiert?

Verlinke [@zimtliebe\\_de](#) auf Instagram oder nutze den Hashtag [#BeiZimtliebeGesehen!](#)