



WURZELGEMÜSE-GRATIN

Für 2 Personen:

250 g festkochende Kartoffeln
200 g Süßkartoffeln
200 g Rote Bete
200 ml pflanzliche Sahne
200 ml ungesüßte Mandelmilch
1–2 TL Meerrettichcreme (nach Geschmack)
1 Knoblauchzehe, geschält und gehackt
1 TL Salz
3 EL Nährhefe

Für das Crumble:

30 g gemahlene Mandeln
3 EL Nährhefe
1/3 TL Salz
Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
1 Knoblauchzehe, geschält und fein gehackt
1 EL Olivenöl

Zeitaufwand:

ca. 45 Minuten

Kartoffeln, Süßkartoffel und Rote Bete schälen und in feine Scheiben schneiden.

Pflanzliche Sahne und Mandelmilch in einer tiefen Pfanne oder einem großen Topf zum Köcheln bringen. Knoblauch, Meerrettichcreme, Salz und Nährhefe hinzufügen. Das Gemüse hinzufügen und bei geschlossenem Deckel 15 Minuten auf mittlerer Stufe köcheln lassen.

In der Zwischenzeit den Backofen auf 200 °C Ober- und Unterhitze vorheizen.

Alle Zutaten für das Crumble vermischen.

Eine Ofenform mit Olivenöl ausreiben und die Gemüsemischung einfüllen und glatt streichen. Mit dem Crumble bedecken und auf mittlerer Stufe 20 Minuten backen. Zwischendurch kontrollieren, dass das Crumble nicht zu dunkel wird. Sonst mit Backpapier abdecken und weiter backen. Am Ende der Backzeit mit einer Gabel prüfen, ob die Gemüsescheiben gar sind. Aus dem Ofen nehmen und servieren.