

Veggie Fries



Vegan, Laktosefrei, Glutenfrei

Nährwert / Portionen 113 kcal

Zubereitung

Zutaten Veggie Fries

1 Pfälzer
1-2 Karotten
1/2 Sellerie
1 Rande
1 Pastinake
2 EL Olivenöl
2 Zweige Thymian
2 Knoblauchzehen mit Schale
Salz, Pfeffer

Zubereitung Veggie Fries

Den Sellerie und die Rande schälen. Pfälzerkarotte, Pastinake und Karotten gut waschen. Alles in grobe Sticks schneiden. Das Gemüse separat mit Olivenöl, Salz und Pfeffer mischen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech verteilen. Die Knoblauchzehen zerdrücken und mit dem Thymian über das Gemüse verteilen. Das Gemüse bei 200 °C ca. 15-20 Minuten backen.

Die Veggie Fries passen natürlich hervorragend zu unserem Smart Burger.