



Remolacha & Zanahorias Asadas

Rinde: 4-6 porciones

Tamaño de porcion: 1 taza

Ingredientes

2-3 unidades	Remolachas (betabel)
3-4 unidades	Zanahorias
1-2 cucharada	Aceite de oliva (o canola)
½ cucharadita	Ajo en polvo
½ cucharadita	Cebolla en polvo
½ cucharadita	Oregano
¼ cucharadita	Pimienta negra

Equipo

- Cuchillo
- Tabla de cortar
- Bol grande
- Bandeja para hornear
- Papel pergamo

Método

1. Precaliente el horno a 400°F (o 375°F en modo convección) y prepare una bandeja para hornear con papel pergamo (parchment).
2. Lave, seque, y corte las remolachas y zanahorias en cubos de tamaño uniforme (aproximadamente 1 pulgada de grosor).
3. Mezcle las remolachas y zanahorias en un tazón grande con aceite de oliva, ajo en polvo, cebolla en polvo, orégano y pimienta.
4. Esparza las verduras de manera uniforme en la bandeja (evite sobrecargarla) y hornee durante 25–30 minutos, hasta que estén doradas y tiernas.

Consejos útiles

- Cuanto más pequeñas se corten las verduras, más rápido se cocinarán
- Cortar en tamaños uniformes ayudará a que todo se cocine al tiempo