



Tálalás: **4 főre**



Előkészítés: **15 perc**



Elkészítés: **50 perc**



Kohári Éva

SÜLT CÉKLA KÖRET

Sült húсок mellé igazán változatos köreteket tudunk készíteni céklából. A legtöbben csak savanyúságként ismerik, pedig számtalan módon tudjuk felhasználni a mindennapi sütés és főzés során. A fogyasztása ráadásul akár napi szinten is ajánlott, hiszen rendkívül egészséges, és jó hatással van a szervezetünkre. A céklában nagy mennyiségben találhatóak vitaminok, ásványi anyagok és antioxidánsok. Ebből a köretből érdemes nagyobb adagot is elkészíteni, a hűtőben pár napig gond nélkül tudjuk tárolni. Fogyaszthatjuk hidegen és melegen egyaránt.

HOZZÁVALÓK

500 g cékla
2 db lilahagyma

2 gerezd fokhagyma
2 szál rozmaring
2 evőkanál Auchan
olívaolaj

1 nagy csipet só
1 nagy csipet frissen
őrölt feketebors

1 evőkanál Auchan
akácméz
fél db citrom leve

ALLERGÉNEK

- 1 A céklát alaposan mossuk meg, majd távolítsuk el a héját, és vágjuk 2x2 cm-es kockákra.
- 2 A hagymát tisztítsuk meg, és vágjuk kb. 0,5 cm vastag csíkokra.
- 3 A fokhagymát zúzzuk össze, keverjük az olajhoz a mézzel, a citrom levével a sóval és a borssal együtt.
- 4 Tegyük a céklát, a hagymát egy tűzálló tálba, helyezzük a tetejére a rozmaringot és locsoljuk meg a fűszeres olajjal.
- 5 170 fokra előmelegített sütőben kb. 45-50 perc alatt süssük készre.
- 6 Tálaljuk sülték mellé.



Töltse le további receptjeinket
az auchan.hu/receptek oldalról!



Auchan