



Bagte gulerødder med ristede kikærter og dip

Et dejligt måltid til en kødfri dag.



[Bedøm opskrift](#)



Ingredienser

4 pers.

200 g græsk yoghurt

2 spsk hakkede mynteblade

1 spsk stødt koriander

½ tsk sumac eller 1 knsp. revet citronskal

salt og peber

250 g **skrællede gulerødder, gerne forskellige**

1 spsk flydende honning

1 spsk citronsaft

olivenolie

1 dåse kikærter

2 tsk paprika

1 tsk sumac eller ¼ tsk revet citronskal

1 granatæble

1 håndfuld friske krydderurter til pynt

Opskrifter og styling: Gitte Heidi Rasmussen

Fotograf Betina Hastoft

Tilberedning

- 1 Rør yoghurt, mynte, koriander og sumac sammen og smag til med salt og peber.
- 2 Skræl gulerødderne og læg dem i et ovnfast fad. Dryp med honning og citronsaft og spray/pensl med lidt olie. Bag gulerødder ved 200°C i ca. 20 min. til de er gyldne og møre men med bid.
- 3 Skyl og afdryp kikærterne. Rist dem i lidt olie ved god varme sammen med paprika og sumac.
- 4 Pil kernerne ud af granatæblet.
- 5 Anret gulerødderne på et fad, kom lidt dressing hen over og drys med kikærter, granatæble samt krydderurter.



Tip

Sumac giver retten en flot rød farve og kan købes hos nogle supermarkeder og grønthandlere.

Pynt retten med f.eks. mynte eller koriander.

