

# Uunissa haudutetut punajuuret

Valmistelut: 5 minuuttia

Kypsyminen: 1 tunti 5 minuuttia

4 annosta

700 g

pestyjä, raakoja punajuuria

1 rkl

kasvimargariinia

2 tl

tuoretta tilliä silputtuna

1. Kuumenna uuni **+200°C-asteeseen**. Kääri jokainen punajuuri erikseen folioon. Kypsennä punajuuria uunivuoassa **noin tunnin**. Kokeile punajuurien kypsyyttä haarukalla. Kuori ja paloittele jäähtyneet punajuuret.
2. Sulata margariini pannulla ja lisää paloittelut punajuuret. Sekoittele punajuuria, jotta ne maustuvat ja kuumentuvat läpikotaisin ( **noin 5 minuuttia** ). Ripottele pinnalle tillisilppua.

Yhdessä annoksessa:	
kaloreita	63
rasvaa yhdessä	3 g
tydyttyneitä rasvahappoja	1 g
kolesterolia	0 mg
proteiineja	2 g
hiilihydraatteja	7 mg
natriumia	150 mg
kuituja	4 g
sokeria	0