



VERDURAS ASADAS

Ingredientes (6 porciones)

- ¼ taza de aceite de coco, derretido
- 3 zanahorias medianas, peladas y cortadas en rodajas de 2 cm
- 250g de repollos de bruselas, cortados por la mitad
- 400g de papas, cortadas en cubos de 2 a 3 cm
- 1 cebolla morada, cortada en cuartos
- 400g de camotes (o papas dulces), pelados y cortados en cubos de 2 a 3 cm
- ¾ cucharada de orégano
- ¾ cucharadas de romero
- 1 cucharadita de tomillo
- 1 cucharadita de albahaca deshidratada
- Sal y pimienta a gusto
- Hierbas frescas para servir (opcional)

Preparación

1. Precalentar el horno a 200°C. En una bandeja para hornear colocar todas las verduras ya preparadas, esparcidas homogéneamente, evitando que queden montadas una sobre otras. Sazonar con las hierbas, sal y pimienta. Rociar con aceite de coco.
2. Hornear en la bandeja del medio del horno por 35 a 40 minutos, revolviendo las verduras en la mitad del tiempo de cocción.
3. Remover del horno y servir.