



## Parmesan-Möhren-Sticks



### Zutaten für 2 Portionen

500 g Möhren  
120 ml Olivenöl  
2 Knoblauchzehen  
6 EL geriebener Parmesan  
4 EL Paniermehl  
6 Stängel Petersilie  
Salz und Pfeffer

### Zubereitung

Möhren schälen und vierteln. Den Knoblauch schälen und klein hacken. Petersilienblätter waschen, vom Stängel zupfen und hacken.

Alle Zutaten in eine Schüssel geben, vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Möhren auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 200°C 15 Minuten weich garen. Die Möhren nach der Hälfte der Zeit wenden und zum Schluss mit Petersilie bestreuen.