

Ratatouille

Das leckere Ratatouille steckt voller Vitamine und hat kaum Kalorien. Auch für die vegane Küche ist das Rezept geeignet.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 35 min



Zutaten

400 g	Zwiebel
1 Stk.	Paprikaschote (rot)
1 Stk.	Paprikaschote (gelb)
320 g	Auberginen
320 g	Zucchini
1 Dose	Tomaten (geschälte)
125 ml	Tomatensaft
5 EL	Olivenöl
1 EL	Zucker
1 Bund	Thymian (gehackt)
1 Bund	Basilikum (gehackt)
40 g	Parmesan
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Schuss	Olivenöl

Zubereitung

1. Für das **Ratatouille** zuerst die Paprika waschen, die Kerne entfernen und dann in Würfel schneiden. Die Aubergine ebenfalls waschen, würfeln, die abgepelzte Zwiebel in erhitztem Olivenöl glasig dünsten, anschließend die Paprika- und Auberginenstücke dazugeben und bei geringer Hitze für etwas 5 Minuten mitdünsten.

2. Währenddessen die Zucchini waschen, würfeln und untermengen. Jetzt die Tomaten und den Tomatensaft hinzufügen. Die Mischung mit Zucker, gehacktem Thymian, Pfeffer und Salz abschmecken und dann für 10-15 Minuten bei mittlerer Hitze solange dünsten, bis sie glasig ist.
3. Zum Schluss den geschnittenen Basilikum und den Parmesan zu der Gemüsemischung geben und noch etwas Olivenöl hinzufügen.

Tipp

Zu dem Ratatouille schmeckt frisches, knackiges Baguette sehr gut.