Rezept

Glutenfreie Ratatouille

Ein Rezept von Glutenfreie Ratatouille, am 28.04.2024

Zutaten

- **6** Strauchtomaten
- **1** Aubergine
- **2** rote Zwiebeln
- **4 EL** Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- **1** Zucchino
- **1** rote Paprikaschote
- **3** Knoblauchzehen
- **2 TL** Zucker
- **je 1 EL** gehackter Rosmarin und Thymian

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 180 kcal

Zubereitung

1. Die Tomaten am Boden kreuzweise einschneiden, mit kochend heißem Wasser überbrühen. Anschließend häuten, halbieren, Stielansätze entfernen, entkernen und das Fruchtfleisch in Spalten schneiden. Zucchino und Aubergine waschen und putzen. Die Aubergine längs halbieren, dann beides in ca. 0,5 cm breite Scheiben schneiden. Paprika putzen, waschen und grob würfeln. Zwiebeln und Knoblauch schälen, die Zwiebeln längs halbieren und in schmale Spalten, den Knoblauch in Scheiben schneiden.

2. Zucchino, Aubergine und Paprika nacheinander in einem Topf bei starker Hitze in je 1 EL Olivenöl anbraten, bis sie leicht gebräunt sind, herausnehmen. Restliches Öl im Topf erhitzen, Zwiebeln darin anbraten, Zucker darüberstreuen, karamellisieren lassen. Knoblauch und Tomaten zufügen und 2-3 Min. andünsten. Gebratene Gemüse hinzufügen, salzen und zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 15 Min. garen. Nach 10 Min. die Kräuter unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.