

Rezept

Gebratener Zucchini-Paprika-Salat

Ein Rezept von Gebratener Zucchini-Paprika-Salat, am 01.03.2024

Zutaten

2 Zucchini	2 gelbe Paprikaschoten
2 rote Zwiebeln	8 EL Olivenöl
1 EL Honig	3 EL Aceto balsamico
1/2 TL Chilipulver	1 Msp. gemahlener Kreuzkümmel
Salz	Pfeffer
4 Scheiben Toastbrot	

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min
| **Pro Portion** Ca. 285 kcal

Zubereitung

1. Die Zucchini und Paprikaschoten waschen, putzen und in größere Stücke schneiden. Die Zwiebeln schälen, längs halbieren und in Spalten schneiden.

2. 5 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Den Honig einrühren. Das vorbereitete Gemüse darin bei schwacher bis mittlerer Hitze in ca. 5 Min. unter Rühren bissfest garen, dabei nur leicht bräunen.

3. Das Gemüse mit Essig, je 1 Msp. Chilipulver und Kreuzkümmel sowie Salz und Pfeffer würzen, in eine Schüssel füllen und ca. 1 Std. durchziehen lassen.

4. Vor dem Servieren das Toastbrot in Würfel schneiden, diese im restlichen Olivenöl in der Pfanne knusprig braten, mit restlichem Chilipulver würzen und über den Salat streuen.