

Rezept

Italienischer Gemüseauflauf

Ein Rezept von Italienischer Gemüseauflauf, am 09.06.2026

Zutaten

500 g festkochende Kartoffeln	1 Aubergine
2 Zucchini	je 1 rote und gelbe Paprikaschote
500 g kleine Tomaten	1 rote oder weiße Zwiebel
2 Knoblauchzehen	10 EL Olivenöl
2 getrocknete Peperoncini	Salz
2 TL getrockneter Oregano	

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 370 kcal

Zubereitung

1. Die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Das Gemüse waschen und putzen. Aubergine und Zucchini einmal quer durchschneiden, dann der Länge nach in dünne Scheiben schneiden. Paprika in Streifen schneiden. Tomaten vierteln. Zwiebel und Knoblauch schälen und ebenfalls in Scheiben schneiden.
2. In einer Pfanne jeweils etwas Öl erhitzen. Aubergine, Zucchini, Paprika und Kartoffeln darin portionsweise und nacheinander anbraten und wieder herausnehmen. Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Peperoncini zerkrümeln.
3. Das Gemüse lagenweise in eine ofenfeste Form schichten, dabei jede Lage mit Salz, Peperoncini und Oregano würzen und auch Tomaten, Zwiebel und Knoblauch zwischen die Schichten verteilen. Die Form zudecken (Deckel oder Alufolie) und das Gemüse im heißen Ofen (Mitte, Umluft 160°) etwa 45 Min. backen, bis die Kartoffeln weich sind. Das Gemüse vor dem Servieren mindestens 10 Min. ruhen lassen.