Rezept

Kartoffelgemüse mit Zaziki

Ein Rezept von Kartoffelgemüse mit Zaziki, am 22.05.2025

Zutaten

1 kg	vorwiegend festkochende Kartoffeln
3	Zucchini (ca. 500 g)
4 EL	Olivenöl
	Salz
200 g	Tomaten
	½ Salatgurke
200 g	griechischer Joghurt
	Zucker
1	große Zwiebel
	¼ l Gemüsebrühe
	½ TL getrockneter Oregano
	Pfeffer
1 Glas	Okraschoten (ca. 660 g Füllmenge)
1	Knoblauchzehe
50 g	Schafkäse (Feta)
50 g	schwarze Oliven (ohne Stein)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 430 kcal

Zubereitung

1. Römertopf wässern. Kartoffeln schälen, waschen und würfeln. Zwiebel schälen und würfeln. Zucchini putzen, waschen, längs halbieren und in Scheiben schneiden. Vorbereitete Zutaten, Brühe, Öl und Oregano in den Römertopf geben, salzen, pfeffern. Alles zugedeckt bei 220 ° (Umluft 200°) 1 Std. 30 Min. garen.

2. Tomaten waschen und grob würfeln. Okraschoten in ein Sieb gießen, kalt abspülen und gut abtropfen lassen. Gurke schälen, längs halbieren und entkernen. Gurke fein raspeln. Knoblauch schälen und zu der Gurke pressen. Joghurt unterrühren. Feta zerbröckeln, unterrühren. Zaziki mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

3. Okraschoten, Tomaten und Oliven 15 Min. vor Garzeitende unter das Gemüse heben und offen fertig garen. Abschmecken und mit Zaziki servieren.