Rezept

Marinierte Auberginen und Paprikaschoten

Ein Rezept von Marinierte Auberginen und Paprikaschoten, am 06.06.2025

Zutaten

2	Auberginen (ca. 750 g)
2 Zweige	Thymian
Olivenöl EL	Olivenöl
1 EL	Honig
je 2	rote und gelbe Paprikaschoten
8 EL	Olivenöl
1 EL	Weißweinessig
	Pfeffer
	Salz
1 Zweig	Rosmarin
2 EL	frisch gepresster Zitronensaft
	Pfeffer
2	Knoblauchzehen
2 EL	frisch gepresster Zitronensaft
	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4-6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 135 kcal

Zubereitung

1. Für die Auberginen die Auberginen putzen, waschen und quer in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden. Die Auberginenscheiben salzen, mit Frischhaltefolie abdecken und ca. 10 Min. Wasser ziehen lassen. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Den Backofen auf 220° (Umluft 200°) vorheizen.

2. Die Auberginenscheiben kurz abbrausen, mit Küchenpapier trocken tupfen und mit dem Öl und den Kräuterzweigen in eine große ofenfeste Form geben. Im heißen Ofen (Mitte) in 10-12 Min. goldbraun und weich garen, dabei ab und zu wenden. Die Auberginen herausnehmen und die Kräuter entfernen. Den Zitronensaft in einem kleinen Topf mit dem Honig erhitzen. Über die Auberginenscheiben träufeln und gut mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Vor dem Servieren zugedeckt mindestens 5 Std. marinieren lassen.

3. Während die Auberginen garen, für die Paprikaschoten die Schoten vierteln und die Trennwände und Kerne entfernen. Die Paprikaviertel waschen und trocken tupfen, mit der Hautseite nach oben auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und im heißen Ofen (Mitte) ca. 25 Min. garen, bis die Haut schwarze Blasen wirft. Die Schoten aus dem Ofen nehmen, mit einem feuchten Geschirrtuch bedecken und etwas abkühlen lassen. Anschließend mit einem spitzen Messer die Haut abziehen.

4. Den Knoblauch schälen und fein würfeln, mit Öl, Zitronensaft und Essig gut verrühren. Die gehäuteten Paprikastücke auf eine Platte legen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Marinade darübergießen und die Schoten zugedeckt mindestens 5 Std. marinieren lassen.