

Rezept

Marinierter Gemüse-Mix

Ein Rezept von Marinierter Gemüse-Mix, am 29.06.2026

Zutaten

| | |
|---|------------------------------|
| 2 Möhren | 100 g Zuckerschoten |
| 1 kleiner gelber Zucchini | 4 Schalotten |
| 150 g Kirschtomaten | 1 EL Butter |
| 2 TL Puderzucker | Pfeffer |
| 150 ml Gemüsebrühe (Instant) | 2 EL Olivenöl |
| 3 EL Balsamico bianco Fleur de Sel (ersatzweise normales Salz) | 30 Basilikumblättchen |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 110 kcal

Zubereitung

1. Die Möhren schälen und in knapp 1 cm dicke und 5 cm lange Stifte schneiden. Die Zuckerschoten und den Zucchini waschen und putzen. Zuckerschoten quer schräg halbieren, Zucchini in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Die Schalotten schälen und längs vierteln, die Tomaten waschen.
2. Das Gemüse (bis auf die Tomaten) in der Butter bei mittlerer Hitze glasig braten. Mit Puderzucker bestäuben und karamellisieren lassen. Pfeffern, Brühe angießen und zugedeckt 6-8 Min. dünsten. Die Tomaten untermischen, 1-2 Min. mitdünsten, salzen.
3. Den Topf vom Herd nehmen. Olivenöl und Balsamessig unterrühren und das Gemüse zugedeckt 30 Min. marinieren. Dann das Gemüse abschmecken und auf dem Herd lauwarm oder richtig heiß werden lassen. Auf Teller verteilen, pfeffern und mit Fleur de Sel und Basilikum bestreuen.