

## Rezept

# Ofengemüse mit Polenta

Ein Rezept von Ofengemüse mit Polenta, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>1</b> Aubergine	<b>2</b> Zucchini
<b>2</b> Paprikaschoten (z. B. gelb und rot)	<b>1</b> Fenchelknolle
<b>1 Bund</b> Frühlingszwiebeln	<b>3 Zweige</b> Rosmarin
<b>10 EL</b> Olivenöl	Salz
Pfeffer	<b>1 l</b> Gemüsebrühe
<b>100 ml</b> Anisbrand (z. B. Pernod) oder Orangensaft	<b>1 TL</b> Zucker
<b>1 EL</b> Zitronensaft	<b>300 g</b> Kirschtomaten
<b>200 g</b> feiner Maisgrieß (Polenta)	<b>50 g</b> frisch geriebener Parmesan
<b>50 g</b> getrocknete Tomaten (in Öl)	<b>150 g</b> Camembert

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 680 kcal

## Zubereitung

1. Backofen auf 200° vorheizen. Aubergine und Zucchini putzen, waschen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Paprika putzen, waschen, halbieren und jede Hälfte längs in 3 Spalten schneiden. Fenchel putzen, längs halbieren und den Strunk entfernen. Fenchelhälften in 1 cm dicke Streifen schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in grobe Stücke schneiden. Rosmarin waschen und trocken schütteln.
2. Gemüse, Zwiebeln und die Rosmarinzwige in die Fettpfanne des Backofens oder eine große Auflaufform geben und mit 8 EL Öl, Salz und Pfeffer vermengen. Im Ofen (Mitte, Umluft 180°) 40-45 Min. garen. Dabei gelegentlich wenden.
3. 150 ml Gemüsebrühe mit Pernod oder Orangensaft, Zucker und Zitronensaft verrühren. Nach 15 Min. die Hälfte der Brühe-Pernod-Mischung zum Gemüse gießen, die andere Hälfte beiseitestellen. Die Tomaten waschen und halbieren oder vierteln und auf dem Gemüse verteilen.
4. Die restliche Gemüsebrühe aufkochen und die Polenta unter Rühren einrieseln lassen. Aufkochen und auf der ausgeschalteten Herdplatte ca. 10 Min. quellen lassen. Parmesan und das restliche Olivenöl unter die heiße Polenta rühren. Öfter umrühren.
5. Getrocknete Tomaten abtropfen lassen, das Öl dabei auffangen. Tomaten in Streifen schneiden. 5 Min. vor Garzeitende die Tomaten samt Öl unter das Gemüse mischen. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken und die restliche Brühe-Pernod-Mischung angießen. Den Camembert würfeln und auf dem Gemüse verteilen. Die Grillfunktion einschalten und alles unter dem heißen Grill fertig backen. Ofengemüse mit Polenta anrichten.