

Rezept

Ofengemüse mit Scordalia

Ein Rezept von Ofengemüse mit Scordalia, am 24.06.2026

Zutaten

Für die Scordalia

250 g mehligkochende Kartoffeln	Salz
$\frac{1}{2}$ Bio-Zitrone	3 frische Knoblauchzehen (nach Wunsch auch mehr)
50 ml mildes Olivenöl	1 Handvoll Basilikum
Pfeffer	

Für das Gemüse

4 EL Olivenöl	$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie
2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin
1 frische rote Chilischote	Salz
Pfeffer	1 rote Paprika
1 zarter grüner Zucchini	1 gelber Zucchini
1 Knolle Fenchel	100 g kleine weiße Silberzwiebeln (ersatzweise kleine Schalotten)
1 vollreife Fleischtomate	3 EL Pinienkerne

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 680 kcal, 54 g F, 11 g EW, 35 g KH

Zubereitung

1. Für die Scordalia die Kartoffeln schälen, vierteln, in wenig kochendem Salzwasser zugedeckt in 15-20 Min. weich kochen, in ein Sieb abgießen und dabei das Kochwasser auffangen. Kartoffeln etwas abkühlen lassen. Zitrone waschen, abtrocknen, die Schale abreiben, den Saft auspressen.
2. Für das Gemüse den Backofen auf 210° vorheizen. Eine ofenfeste Form mit 1 EL Olivenöl auspinseln. Die Kräuter waschen, trocken schütteln und fein hacken. Chili waschen, halbieren, ohne Kerne und weiße Trennwände fein würfeln und unter die Kräuter mischen. Mischung mit 1 TL Salz und Pfeffer würzen. Paprika, Zucchini und Fenchel waschen, putzen und in nicht zu kleine Stücke schneiden. Jeweils mit etwas Kräutermischung würzen und nebeneinander in die Form legen. Cippolini schälen und ebenfalls dazulegen. Die Tomate häuten, ohne den Stielansatz fein würfeln, mit restlicher Kräutermischung und 1 EL Olivenöl mischen und über den Gemüsesorten in der Form verteilen. Alles mit restlichem Öl (2 EL) beträufeln, mit den Pinienkernen bestreuen und im Ofen (Mitte) 30-35 Min. garen.

3. Inzwischen Kartoffeln mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken. 2 EL Zitronensaft dazugeben. Knoblauch schälen und dazupressen. Kartoffeln mit den Rührbesen des Handrührgeräts verrühren, dabei das Öl langsam unterrühren, bis eine homogene Creme entstanden ist. Eventuell noch etwas Kochwasser unterrühren. Basilikum waschen und trocken schütteln. Die Blättchen fein schneiden und bis auf einen Rest unter den Kartoffeldip mischen. Scordalia mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und -schale abschmecken und mit restlichem Basilikum und etwas Zitronenschale bestreuen. Gemüse mit der Scordalia und knusprigem Brot servieren.