

## Rezept

# Paprikagemüse »Peperonata«

Ein Rezept von Paprikagemüse »Peperonata«, am 10.06.2026

## Zutaten

- |   |   |
|---|---|
| <b>1 kg</b> reife Eiertomaten (oder 800 g geschälte Tomaten aus der Dose) | <b>2 kg</b> rote und gelbe Paprikaschoten |
| <b>125 ml</b> Olivenöl  | <b>4</b> große weiße Zwiebeln             |
| <b>1</b> Topf oder 1 Bund Basilikum                                       | Salz                                      |
|   | Pfeffer aus der Mühle                     |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 4 GLÄSER À 350 ML INHALT | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min

## Zubereitung

1. Die Tomaten mit kochendem Wasser übergießen, kurz stehen lassen und schälen. Dann halbieren, die Stielansätze herausschneiden und das Tomatenfleisch in kleine Stücke schneiden.

---

2. Die Paprikaschoten waschen, halbieren und Stielansätze und Kerne entfernen. Die Schoten in fingerbreite Streifen schneiden. Die Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden.

---

3. Das Öl in einem großen Topf mittelstark erhitzen und die Zwiebelringe darin glasig braten. Die Paprikastreifen unterrühren und kurz mitschmoren, dann die Tomatenwürfel zufügen und alles mit 1 TL Salz bestreuen.

---

4. Ca. 125-250 ml Wasser unterrühren und das Gemüse zugedeckt bei schwacher Hitze 30 Min. köcheln lassen. Das Basilikum trocken säubern, die Blättchen abzupfen und unter das Gemüse mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Gemüse in vorbereitete Gläser füllen und einkochen.