

Rezept

Provenzalische Gemüsesauce

Ein Rezept von Provenzalische Gemüsesauce, am 09.06.2026

Zutaten

250 g reife Tomaten	150 g Auberginen
150 g Zucchini	1 kleine rote oder gelbe Paprikaschote
100 g Zwiebeln	2-3 Knoblauchzehen
3-4 EL Olivenöl	1 Zweig frischer Rosmarin
100 g Sahne	Salz
Pfeffer aus der Mühle	1 EL Aceto balsamico
eventuell 5-10 EL Gemüsebrühe	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 195 kcal

Zubereitung

1. Die Tomaten kurz in kochendes Wasser legen, dann kalt abrausen und die Haut abziehen. Tomaten in Würfel schneiden. Auberginen und Zucchini waschen, Stielansätze wegschneiden, Gemüse erst in Scheiben, dann in Würfel schneiden. Paprikaschote halbieren, Kerne und Trennwände entfernen. Schotenhälften waschen und in kleine Stücke schneiden.
2. Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein hacken. 2 EL Olivenöl in einem dickwandigen Schmortopf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch kurz andünsten. Dann alles Gemüse dazugeben. Rosmarinweig hineinlegen, das restliche Öl und 50 ml Wasser angießen, salzen und pfeffern. Deckel drauf, im geschlossenen Topf ungefähr 40 Minuten vor sich hin schmurgeln lassen – bei schwacher Hitze.
3. Deckel lüften, Sahne angießen, alles gut verrühren und im offenen Topf noch mal heiß werden lassen. Dann den Topf vom Herd nehmen, Rosmarinweig herausnehmen. Mit Salz, Pfeffer und Aceto balsamico abschmecken. Wer mag, kann das Gemüse zu einer ganz glatten Sauce pürieren. Wem sie zu dick ist, der verdünnt sie einfach mit Brühe.