

Rezept

## Türlü - Buntes Ofengemüse

Ein Rezept von Türlü - Buntes Ofengemüse, am 28.06.2026

### Zutaten

5	Tomaten	4	festkochende Kartoffeln (ca. 400 g)
300 g	breite grüne Bohnen Bohnen	3	rote Spitzpaprika
1	große Aubergine	2	Zwiebeln
2	Knoblauchzehen	3 EL	Olivenöl
	Salz		Pfeffer
2 EL	Tomatenmark	2 EL	scharfes Paprikamark (Acı Biber Salçası; aus dem Glas)
1/3 TL	getrockneter Oregano		

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 220 kcal, 9 g F, 7 g EW, 27 g KH

### Zubereitung

1. Die Tomaten kreuzweise einritzen und in einer Schüssel mit kochendem Wasser übergießen. Ca. 10 Min. darin ziehen lassen, dann häuten und klein würfeln, dabei die Stielansätze entfernen und den Saft in einem Schälchen auffangen.
2. Die Kartoffeln schälen, abbrausen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Die Bohnen waschen, putzen und in 3-4 cm lange Stücke schneiden. Die Paprika waschen, halbieren, weiße Trennwände und Kerne entfernen und die Paprika quer in ca. 1,5 cm breite Streifen schneiden. Die Aubergine waschen, putzen und in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen, Zwiebeln in gröbere, den Knoblauch in feine Würfel schneiden, beides mischen.
3. Den Backofen auf 200° vorheizen. Kartoffeln in einer weiten Auflaufform verteilen. Mit der Hälfte der Zwiebel-Knoblauch-Mischung bestreuen. Bohnen, Paprika und Aubergine in einer Schüssel gründlich mit Öl, Salz, Pfeffer und der übrigen Zwiebel-Knoblauch-Mischung vermengen. Alles auf den Kartoffeln verteilen und die Tomatenstücke darübergeben.
4. Tomaten- und Paprikamark mit dem aufgefangenen Tomatensaft, Oregano und 150 ml heißem Wasser glatt rühren. Salzen, pfeffern und über das Gemüse gießen. Dann die Form mit einem Stück Alufolie verschließen und das Ofengemüse im heißen Ofen (Mitte) ca. 30 Min. garen. Die Alufolie abnehmen und das Gemüse in weiteren 45-55 Min. weich garen.