

Rezept

Vegetarische Ratatouille mit Auberginen und Zucchini

Ein Rezept von Vegetarische Ratatouille mit Auberginen und Zucchini, am 16.05.2025

Zutaten

1 kg reife Tomaten	2 Auberginen (500 g)
Salz	500 g Zucchini
1 rote Paprikaschote	1 grüne Paprikaschote
1 gelbe Paprikaschote	2 frische oder eingelegte Chilischoten
250 g Zwiebeln	3 - 4 Knoblauchzehen
100 ml Olivenöl	Pfeffer
1 Zweig Rosmarin	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 340 kcal

Zubereitung

1. Tomaten kurz in kochendes Wasser legen, kalt abbrausen und häuten. Die Tomaten halbieren, entkernen, grob hacken. Die Auberginen putzen und waschen, zuerst in ca. 1 cm dicke Scheiben, dann in Würfel schneiden. In ein Sieb legen, salzen und ziehen lassen. Zucchini putzen, waschen und in Scheiben schneiden, größere Scheiben halbieren. Paprikaschoten längs halbieren, putzen, waschen und in mundgerechte Stücke schneiden.
2. Die Chilischoten längs halbieren, putzen, waschen und klein schneiden. Zwiebeln schälen, halbieren und in Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und fein würfeln. Auberginenwürfel in dem Sieb abbrausen und mit Küchenpapier trocken tupfen.
3. In einem großen Topf 3 - 4 EL Öl erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Dann nacheinander in kleinen Portionen die Gemüsesorten dazugeben und anbraten: zuerst die Paprikastücke, dann Auberginen, Zucchini und Chili-schoten. Dabei immer wieder Öl nachgießen.
4. Alles kräftig salzen und pfeffern, zum Schluss die gehackten Tomaten hinzufügen. Rosmarin dazugeben und Ratatouille zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 45 Min. schmoren lassen. Vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer abschmecken.