Rezept

Warmer Antipastisalat vom Blech

Ein Rezept von Warmer Antipastisalat vom Blech, am 29.05.2025

Zutaten

- **1** Aubergine (ca. 300 g)
- **1** gelbe Paprika (ca. 200 g)
- **200 g** Möhren
- **6 EL** Olivenöl
- **160 g** Ciabatta (italinisches Weißbrot)
- **40 g** italienischer Hartkäse (mit mikrobiellem Lab, z. B. Montello)
- Salz
- **1** Zucchino (ca. 230 g)
- **2** Knoblauchzehen
- Pfeffer
- **3 Stängel** Basilikum
- **4 TL** Aceto balsamico

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 615 kcal, 36 g F, 18 g EW, 50 g KH

Zubereitung

1. Die Aubergine waschen, putzen und längs in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Auberginenscheiben rundherum mit etwas Salz bestreuen und kurz ziehen lassen.

2. Die Paprika waschen und längs halbieren, weiße Trennwände und Kerne entfernen. Die Hälften in ca. 2 × 2 cm große Stücke schneiden. Zucchino waschen, putzen, längs halbieren und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Möhren putzen, schälen und schräg in ca. 0,5 cm dünne Scheiben schneiden. Den Knoblauch schälen und durch eine Knoblauchpresse zum Öl drücken, beides verrühren.

3. Den Backofen auf 180° vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Die Aubergine mit Küchenpapier trocken tupfen und in ca. 2 × 2 cm große Stücke schneiden. Aubergine, Paprika, Zucchino, Möhren und die Hälfte des Knoblauchöls in einer Schüssel mischen. Die Mischung mit Salz und Pfeffer würzen, auf drei Viertel des Blechs verteilen und im Ofen (Mitte) 10-12 Min. backen. Inzwischen das Ciabatta ca. 2 × 2 cm groß würfeln und mit dem übrigen Knoblauchöl mischen. Nach den 10-12 Min. Backzeit die Brotwürfel auf der freien Fläche des Blechs verteilen. Alles noch 10-13 Min. weiterbacken.

4. Das Basilikum waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen. Den Käse in feine Späne hobeln, z. B. mit einem Sparschäler. Gemüse, Brot und Aceto balsamico mischen. Den Salat kurz abkühlen lassen und mit Basilikumblättern und Käsespänen anrichten.