

Grillgemüse im Backofen

Für 4 Portionen

- 1 rote Zwiebel
- 1 Zucchini
- 1 Aubergine
- 1 rote Paprika
- 1 grüne Paprika
- 1 gelbe Paprika
- 250 g braune Champignon
- 200 g Kirschtomaten
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Kräuter der Provence
- Pfeffer
- Salz

Tsatsiki:

- 1 Salatgurke fein hobeln oder feine dünne Stifte schneiden
- 250 g Quark
- 250 g Joghurt
- 2-3 Knoblauchzehen pressen
- ½ Esslöffel Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- Für die Tsatsiki die Gurke fein hobeln und in einer Schüssel salzen. In einer anderen Schüssel den Quark, Joghurt, Olivenöl und Knoblauch verrühren. Den entstandenen Gurkensaft abschütten und die Gurken zu den anderen Zutaten hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zubereitung:

In der Zwischenzeit das Gemüse vorbereiten: Zwiebeln abziehen, halbieren, in dünne Spalten schneiden. Zucchini waschen, putzen, in Scheiben schneiden. Aubergine waschen, putzen, ebenfalls in Scheiben (ca. 0,5 cm dick) schneiden. Paprikaschoten halbieren, entkernen, waschen, in Streifen schneiden. Champignons putzen, halbieren bzw. große Exemplare vierteln. Kirschtomaten waschen, halbieren.

Knoblauchzehen abziehen, fein hacken. Petersilie abbrausen, trocken schütteln und sehr fein hacken. Olivenöl mit Knoblauch, Petersilie, Rosmarin und Thymian mischen, mit Pfeffer und ein wenig Jodsalz würzen. Das gemischte Gemüse (außer Tomaten) in eine große Schüssel geben, die Kräuter-Marinade darüber geben. Alles mit den Händen gut durchmischen und ca. 30 Minuten in der Marinade ziehen lassen.

anschließend bei ca. 200 Grad (180 Grad Umluft) im Backofen ca. 20 Minuten rösten. Dabei mindestens einmal wenden und gegen Ende noch 1–2 Minuten die Grillfunktion zuschalten.

Guten Appetit 😊