

Ratatouille, Zwiebeln, Sesam-Creme, Zucchini-Sticks

Für zwei Personen

Für das Ratatouille:

1 Aubergine	1 Zucchini	1 große, rote Paprika
200 g stückige Tomaten, Dose	2 Knoblauchzehen	1-2 Zweige Thymian
1-2 Zweige Rosmarin	Zucker	6 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Schmorzwiebeln:

2 weiße, kleine Zwiebeln	1 Orange, Schale	30 g Butterschmalz
200 ml Gemüsefond	2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin
1 EL Zucker	Muskatnuss	Salz, Pfeffer

Für die Sesamcreme:

1 Knoblauchzehe	100 g Crème-fraîche	30 g Tahini
Chili	Zucker	Salz, Pfeffer

Für die Zucchini:

½ Zucchini	Öl	Salz
------------	----	------

Für das Ratatouille:

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Gemüse putzen und in 1 cm große Würfel schneiden. Zunächst Auberginen ohne Öl anbraten. Werden sie weich, etwas Olivenöl hinzugeben. Zucchini und Paprika im restlichen Olivenöl anbraten.

Auberginenwürfel zugeben. Knoblauch abziehen, fein hacken und ebenfalls zum Gemüse geben. Thymian und Rosmarin fein hacken.

Dosentomaten und jeweils 1-1,5 TL der Kräuter unter das Gemüse heben und alles mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Schmorzwiebeln:

Zwiebeln abziehen, halbieren und mit Zucker bestreuen. Butterschmalz in einer Pfanne zerlassen und die halbierten Zwiebeln mit der Schnittfläche nach unten darin anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Orange heiß abspülen und zwei Streifen Schale abschneiden.

Orangenschale, Gemüsefond, Thymian, Rosmarin und Muskat zu den Zwiebeln geben und alles im Ofen mit geschlossenem Deckel ca. 25-30 Minuten schmoren lassen.

Für die Sesamcreme:

Knoblauch abziehen und fein reiben. Mit Crème fraîche, Tahini, Chili, Zucker, Salz und Pfeffer verrühren.

Für die Zucchini:

Zucchini putzen und in 6-7 cm lange, feine Streifen schneiden. Im einem kleinen Topf knusprig frittieren. Auf Küchentrepp abtropfen lassen, dann salzen.

Annemarie Lamß am 22. April 2024