

mediteranes Grillgemüse

(4 Personen)

Zutaten

1 rote Paprika
 1 gelbe Paprika
 2 kleine Zucchini
gelb, grün o. gemischt
 1 Aubergine

150g Kirschtomaten

3-4 Lauchzwiebeln

2 Zehen Knoblauch

1/2 Bund Petersilie

3 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer

Zubereitung

Paprika waschen, putzen und in breite Streifen schneiden.

Zucchini und Aubergine waschen und in feine Scheiben schneiden. (Längs oder schräg ist rustikaler und sieht toll aus. Aubergine evtl. halbieren und dann hobeln oder schneiden)

Kirschtomaten waschen.

Lauchzwiebel waschen, putzen und in feine Ringe schneiden.

Knoblauch schälen und fein hacken.

Petersilie waschen und fein hacken.

Lauchzwiebel, Knoblauch und Petersilie mit Olivenöl zu einer Marinade verarbeiten. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen!

Gemüse in der Schüssel mit Marinade 30 Minuten ziehen lassen.

(Gerade Aubergine tut es gut, damit die Bitterstoffe etwas abgemildert werden...)

Gemüse in einer Grillschale auf dem Grill garen.
 ODER

In einer Grillpfanne braten, bis das Gemüse schöne Röststellen hat! (10-15 Minuten)
 ODER

Im Backofen auf einem Blech 25-30 Minuten bei 180 Grad Umluft rösten.

Zwischendurch kann man auch toll durchmischen und mal den Grill von Oben zuschalten...

Salat mit Kräutern anrichten und fertig!