

10. Platz

Regina Roßbach aus Mainz

Pasta mit Ofen-Ratatouille und Portwein-Zwiebeln

für Gäste

Für 4 Portionen

Ratatouille: 300 g Zucchini • 300 g Auberginen • 600 g Tomaten • 3 EL Olivenöl • Salz • schwarzer Pfeffer • Tomatensoße: 2 Knoblauchzehen • 80 g Zwiebeln • 2 EL Olivenöl • je 4 Zweige Oregano und Thymian • 1 Dose stückige Tomaten à 400 g • Portwein-Zwiebeln: je 200 g rote und weiße Zwiebeln • 2 EL Olivenöl • 1 TL Rohrohrzucker • 50 ml Portwein (alternativ: trockener Rotwein) • Außerdem: 400 g Bandnudeln • Auf Wunsch: 4 Stiele Basilikum für die Garnitur

- 1. Backofen auf 180 °C (Umluft 160 °C) vorheizen. Zucchini, Auberginen und Tomaten waschen, putzen und alles in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Gemüse leicht überlappend auf tiefes Backblech legen, mit Olivenöl beträufeln sowie Salz und Pfeffer würzen. 30 Minuten backen.
- 2. Inzwischen Knoblauch und Zwiebeln schälen und fein würfeln. Olivenöl in kleinem Topf erhitzen, beides darin bei mittlerer Hitze ca. 3-4 Minuten anschwitzen. Oregano und Thymian kalt abbrausen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und zusammen mit Dosentomaten zugeben. Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen, einmal aufkochen und im geschlossenen Topf bei kleiner Hitze bis zur weiteren Verwendung köcheln lassen.



- 3. Inzwischen für die Portwein-Zwiebeln Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Öl in großer Pfanne erhitzen und Zwiebeln bei mittlerer Hitze ca. 10-15 Minuten anschwitzen und leicht bräunen. Mit Zucker bestreuen und kurz unter Rühren karamellisieren lassen. Mit Portwein ablöschen und bei kleiner Hitze ca. 5-7 Minuten komplett einkochen lassen.
- 4. Nach 30 Minuten Backofen auf Grillfunktion umstellen und Tomatensoße über Gemüse verteilen. Weitere 15-20 Minuten backen. Inzwischen Bandnudeln nach Packungsanleitung in ausreichend Salzwasser al dente garen. Pasta mit Ofen-Ratatouille, Tomatensoße und Portwein-Zwiebeln garnieren und auf Wunsch mit Basilikum bestreut servieren.

Zubereitungszeit: ca. 1 Stunde + 15-20 Minuten Backzeit

Pro Portion: ca. 392 kcal, 1640 kJ, 5 g EW,

29 g KH, 29 g F, 2,5 BE

Dieses und viele weitere leckere Rezepte erhalten Sie unter www.koestlich-vegetarisch.de

köstlich vegetarisch, Deutschlands vegetarisches Genießer-Magazin, erhalten Sie alle zwei Monate neu im Zeitschriften- und Naturkosthandel, in Reformhäusern, Supermärkten und natürlich auch unter www.koestlich-vegetarisch.de

Herausgeber: go direct verlags GmbH & Co. KG, Auf der Lind 10, 65529 Waldems-Esch. Rezept und Foto(s) sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte vorbehalten. Die Vervielfältigung, als Ganzes oder in Teilen, ist ohne schriftliche Genehmigung des Verlags nicht gestattet.

