

Gegrilltes Gemüse

Verdure grigliate miste



Zutaten für vier Personen:

1 mittlerer Zucchini
1 Aubergine
1 rote Paprika
1 gelbe Paprika
1 Fenchel (optional)
8-12 Champignons (optional)
Olivenöl
Salz, Pfeffer aus der Mühle

1. Aubergine waschen und in Scheiben schneiden. Scheiben von beiden Seiten salzen und 15 Minuten ziehen lassen.

2. Zucchini waschen, Enden abschneiden, schräg in Scheiben schneiden.

3. Bei den Paprika Deckel und Boden wegschneiden. Kerne und weiße Haut entfernen. Längs halbieren, die Hälften in 1,5 cm dicke Streifen schneiden. Von den Streifen mit einem Sparschäler die Haut abmachen. Dazu mit der Hautseite nach oben auf ein Schneidbrett drücken, und mit dem Sparschäler in sägenden Bewegungen die Haut abziehen.

4. Fenchel putzen und in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden (optional).

5. Auberginenscheiben mit Küchentüchern trocknen.

6. Alles Gemüse mit Ausnahme der Auberginenscheiben salzen und pfeffern sowie mit Olivenöl beträufeln.

7. Pilze putzen und halbieren (optional).

8. In einer Grillpfanne das Gemüse bei etwas größerer Hitze portionsweise grillen, bis sich die typischen Grillstreifen zeigen. Gemüse bis zum Servieren warm stellen.

Hinweise:

Deckel und Boden der Paprika eventuell teils anderweitig verwenden.

Das Olivenöl optional mit etwas Knoblauch aromatisieren.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 25 min, Beilagen, Gemüse, italienisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 19.01.2023