

Mediterranes Gemüse

Für 2 Portionen

1 Aubergine	1 rote Paprika	1 Zucchini
1 Fleischtomate	2 Knoblauchzehen	3 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian	1 EL Tomatenmark	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Aubergine, Paprika, Zucchini und Tomate grob würfeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und zuerst die Aubergine bei starker Hitze ca. 4 Min. anbraten. Das restliche Gemüse hinzugeben. Bei Bedarf etwas mehr Öl hinzufügen. Knoblauch andrücken und zusammen mit den Rosmarin- und Thymianzweigen hinzufügen. Tomatenmark unterrühren. Bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. garen. Mit Salz, Pfeffer würzen.

Reza Sadeghi am 14. Juni 2016