

Mediterrane Kartoffel-Gemüsepfanne

Für 2 Portionen

6 m.-große Kartoffeln, festk.	1 große Paprikaschote	150 g Champignons, braun
1 kleine Zucchini, 300 g	1 große, rote Zwiebel	2 Knoblauchzehen
50 g Tomatenmark, 3-fach	50 ml Wasser	50 ml Olivenöl
1 TL Salz	1 TL weißer Pfeffer	1 EL Thymian, frische
1 EL Rosmarin, frisch	1 TL Zucker	1 TL gestr. Harissa
Zitronen-Abrieb	Parmesan	

Die Kartoffeln gründlich waschen, notfalls abbürsten, trocknen und achteln. Paprika und Zucchini waschen, Champignons abbürsten, Knoblauch und Zwiebel schälen. Paprika putzen, sechsteln und in Streifen schneiden, Zucchini der Länge nach halbieren, dann vierteln und in Stücke schneiden. Zwiebel vierteln und in dünne Streifen schneiden, Champignons je nach Größe vierteln oder sechsteln, Knoblauch fein hacken.

Tomatenmark erst mit Wasser, dann mit Öl, Gewürzen, Knoblauch und Kräutern verrühren. Die Kartoffeln mit der Hälfte der Marinade vermengen und bei 170 bis 180 Grad für 20 Minuten in einer Auflaufform in den Backofen geben, die restliche Marinade mit dem Gemüse vermengen. Die Auflaufform nach ca. 20 Minuten wieder herausnehmen, mariniertes Gemüse dazugeben und mit den Kartoffeln vermengen. Nochmals für 15 Minuten gemeinsam in den Ofen geben.

Wer mag, kann dann noch mit etwas frisch geriebenem Parmesan einige Minuten überbacken.

NN am 03. Januar 2024