

Mediterraner Gemüsetopf

© Joachim Brendel

Zutaten für 4 Personen

500 g Zucchini
200 g Gurken
700 g Auberginen
500 g Tomaten
200 g Zwiebel (2 Stück)
1 Knoblauchknolle, ganz
Je 2 Zweige frischen
Majoran,
Oregano,
Thymian,
Salbei,
Basilikum,
Estragon
1 Zweig frischen Rosmarin
4 Zweig frische Rauke
5 EL Olivenöl
3 Lorbeerblätter, getrocknet
3 TL Oregano, getrocknet
2 TL Paprika, rot, getrocknet
3 TL Tomatenmark
150 g saure Sahne
3 TL Mondamin
4 TL Parmesan, gerieben
1 Zitrone
¾ L Bouillon
reichlich schwarzer Pfeffer aus der Mühle
reichlich Muskat aus der Mühle
etwas Salz



Zubereitung

Im großen (Guß)topf das in Scheiben geschnittene Gemüse (ohne Tomaten) gut pfeffern, leicht salzen, mit dem Saft einer Zitrone beträufeln und mit der ganzen Knoblauchknolle im Olivenöl 10 Minuten heiß schmoren lassen (Stufe 6 Elektro). Tomaten, Lorbeer und die grob gehackten Blätter der Gewürze zufügen.

Mit Bouillon übergießen (siehe: „Meine feine Rinds Bouillon“, alternativ: 4 TL Rinds Bouillon instant auf ¾ L Wasser) und zugedeckt 1 Stunde (Stufe 3 Elektro) einkochen. Paprika, Oreganopulver, Tomatenmark, Sahne und Parmesan einrühren. Ggf. mit Mondamin noch etwas eindicken und aufkochen. Nochmals reichlich pfeffern.

Mit frisch gehackten Kräutern garnieren.

Schmeckt mit Chiabattabrot und Rotwein vorzüglich.

