

Eingelegtes, buntes Gemüse nach “Anti Pasti Art”

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 8
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 40m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '40', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '8', 'yield' : '' });
```

Die “Mittelmeerküche” läßt grüßen, warum nicht einmal selbst eingelegt?

Zutaten

- Zu dem bunten Anti - Pasti - Gemüse eignet sich zu gleichen Teilen,
- nach der Jahreszeit und Marktangebot frische:
- Paprikaschoten
- Freilandtomaten
- Auberginen
- Zucchini
- Fenchel
- Artischocken
- Pilzen
- Schalotten usw.
- Darüber hinaus:
- Etwas kalt gepresstes Olivenöl
- Etwas frischen Thymian, Majoran und Knoblauch
- Zitrone
- Chilischoten
- Etwas Gemüsebrühe
- Etwas Balsamico
- Salz, Zucker, Chili und Pfeffer

Zubereitungsart

Schritt1

Die Paprikaschoten vierteln, Kerne entfernen und in etwas heißem Olivenöl scharf anbraten. Die Haut abziehen und in grobe Stücke schneiden.

Schritt2

Die Tomaten in kochendem Wasser kurz brühen, kalt abschrecken, abziehen, vierteln und entkernen. In gleich große Stücke wie die Paprikaschoten schneiden; zu den Paprikaschoten geben.

Schritt3

Die Auberginen in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden, salzen pfeffern und ebenfalls in heißem Olivenöl auf beiden Seiten Farbe nehmen lassen, ev. halbieren, zum Gemüse geben.

Schritt4

Ebenso die auf Größe geschnittenen Pilze, den Fenchel in Scheiben und die halbierten, in Salzwasser kurz blanchierten Schalotten.

Schritt5

Alles schön "al dente" halten, keinesfalls zu weich werden lassen.

Schritt6

Das Dressing:

Schritt7

In die gleiche Pfanne gebe ich ie gewürfelten Knoblauchzehen, die aufgeschnittenen, entkernten Chilischoten, sowie 1 - 2 Majoran - und 1 - 2 Thymianzweige. Mit etwas Gemüsebrühe und Balsamico ablöschen und einige Zitronenscheiben dazu geben.

Schritt8

Kurz aufkochen und als Dressing über das vorbereitete Gemüse geben. Gut mit einander mengen, nachschmecken und erst jetzt das Olivenöl großzügig dazu geben.

Schritt9

Anrichtevorschlag:

Schritt10

Dieses eingelegte "Anti pasti" Gemüse passt zu Vielem:

Schritt11

Als Vorspeise, auf Buffets, als kalte Beilage oder nur mit Knoblauch Röstbrot zum Glas Wein

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/eingelegtes-buntes-gemuese-nach-anti-pasti-art/>