



# Herbstliche Ofen - Peperonata

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 20m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '20', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Italienische Schmorgemüse als gesundes, fleischloses Gericht, als Beilage zu Fleisch oder als Antipasto

## Zutaten

- 4 rote Paprikaschoten
- 4 gelbe Paprikaschoten
- 2 kleine Knoblauch Zehen, gewürfelt
- 1 mittelgroße Zwiebel, gewürfelt
- 125 g geputzte Eierschwämmchen, geputzt, kurz blanchiert, auf gleiche Größe, grob geschnitten
- (Geht auch mit Pfifferlingen, Steinpilzen oder Steinchampignons)
- 12 Stück kleine Kirschtomaten ohne Blüte
- 2 El Olivenöl
- 4 El geröstete Pinienkerne
- 1 Bund Basilikum in dünnen Streifen / Julienne
- Etwas alter Balsamessig
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

## Zubereitungsart

### Schritt1

Den Backofen auf höchste Stufe Oberhitze vorheizen.

### Schritt2

Die Paprika waschen, halbieren und das Kerngehäuse entfernen. Mit der Schnittfläche nach unten, auf ein gefettetes Backblech legen und in die oberste Schiene ca. 10 min. des Backofens schieben. (Bis die Haut Blasen wirft)

### **Schritt3**

Mit einem feuchten Küchentuch bedeckt etwas ruhen lassen, dann schälen und in Streifen schneiden.

### **Schritt4**

Die Zwiebeln mit dem Knoblauch anschwitzen und zunächst die Pilze dazu geben, salzen, pfeffern.

### **Schritt5**

Ca. 4 - 5 min. zusammen schmoren lassen, die Paprikastreifen, Kirschtomaten und die gerösteten Pinienkerne unterschwenken; mit etwas Balsamico nachschmecken, sofort zu Tisch geben.

**Rezeptart:** Schnelle Rezepte, Vegan, Vegetarisch **Tags:** antipasti, fleischlos, peperonata, schmorgemüse

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/herbstliche-ofen-peperonata/>