

Ratatouillegemüse-Spieße mit Kräuterpolenta

Mariniertes Gemüse gegrillt mit einer raffinierten Kräuterpolenta

etwa 10 Stück



etwas Übung erforderlich

● bis 60 Minuten



Zutaten:

Für das Backblech:

Olivenöl

Kräuterpolenta:

1 Schalotte

2 EL Olivenöl

400 ml Gemüsefond

125 g Maisgrieß (Polenta)

3 Zweige Rosmarin

5 Zweige frischer Thymian

1 Be. Dr. Oetker Creme VEGA

Salz

frisch gemahlener Pfeffer

Ratatouillegemüse-Spieße:

etwa 20 Cocktailtomaten

etwa 500 g gelbe Paprikaschoten

1 kleine Zucchini (etwa 250 g)

150 g Aubergine

3 Zweige Rosmarin

4 Zweige frischer Thymian

etwa 8 EL Olivenöl

Salz

frisch gemahlener Pfeffer

Außerdem:

etwa 10 Metallspieße

1 Kräuterpolenta:

Schalotte abziehen und sehr fein würfeln. Öl in einem Topf erhitzen, Schalotte darin dünsten. Gemüsefond dazugießen und zum Kochen bringen. Maisgrieß mit einem Schneebesen einrühren und nach Packungsanleitung quellen lassen. Kräuter waschen und fein hacken, mit Creme VEGA unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ein Brett mit Wasser anfeuchten und glatt mit Frischhaltefolie belegen. Die Masse darauf zu einem Rechteck (etwa 12 x 15 cm) verstreichen und erkalten lassen.

2 Ratatouillegemüse-Spieße:

Tomaten waschen. Paprikaschoten putzen und in etwa 20 gleich große Stücke schneiden. Zucchini waschen, in 10 Scheiben schneiden. Aubergine waschen, je nach Größe halbieren oder vierteln und in 10 Stücke schneiden. Kräuter waschen, hacken und mit dem Olivenöl, Salz und Pfeffer in einer großen Schüssel verrühren. Gemüse zufügen und alles gut vermischen. Das Gemüse zugedeckt 1-2 Std. marinieren.



Versuchsküche

Rezepte und Tipps

- 3 Kräuterpolenta in etwa 3 x 3 cm große Quadrate schneiden, abwechselnd mit dem Gemüse auf Metallspieße stecken. Unter Wenden grillen.

Tipps aus der Versuchsküche

- Sie können die Spieße auch in einer Pfanne braten.

