

Gemüse vom Blech



Zutaten für 2-3 Personen:

400 g Kartoffeln (am besten Grenaille-Kartoffeln, das sind kleine Kartoffeln aus Frankreich)
2 Karotten
6-8 Schalotten, je nach Größe
12 Kirschtomaten
4 Knoblauchzehen
3-4 dünne Scheiben Frühstücksspeck
200 g Champignons
2 mittlere Zucchini
6 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer aus der Mühle
italienische Kräuter
Kräuterquark und Sour Cream

1. Backofen auf 160° vorheizen.
2. Kartoffeln gut waschen, dann längs halbieren. Die Schnittseiten mit Salz, Pfeffer und italienischen Kräutern würzen.
3. Blech mit ca. 3 EL Olivenöl einpinseln. Kartoffeln mit den Schnittflächen darauf setzen.
4. Schalotten schälen und halbieren. Karotten schälen und in etwas dickere Scheiben schneiden. Knoblauchzehen auslösen und anquetschen. Kirschtomaten waschen. Frühstücksspeck in Streifen teilen. Alles auf dem Blech verteilen, noch etwas salzen, pfeffern und mit Kräutern bestreuen. Mit

etwas Olivenöl beträufeln.
5. Blechgemüse zunächst 30 Minuten bei 160° garen.
6. Inzwischen Pilze putzen und halbieren. Zucchini waschen, Enden abschneiden und in gröbere Abschnitte teilen. Beides jetzt auch auf das Blech geben, nochmals leicht salzen und pfeffern und mit etwas Olivenöl beträufeln.
7. Temperatur auf 180° hochschalten und das Gemüse weitere 30-40 Minuten garen, also insgesamt 60-70 Minuten. Alle 10-15 Minuten mit einem Pfannenwender wenden. Mit Kräuterquark und Sour Cream servieren.

Hinweise:

In der Saison kann man statt der italienischen Kräuter auch frischen Rosmarin und Thymian nehmen und nur noch etwas Oregano.

Bei strikten Vegetariern den Frühstücksspeck einfach weglassen.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 15 min, Gesamtzeit ca. 85 min, Hauptspeisen, Gemüse, italienisch

Rezept und Foto: Walter Stand 20.01.2023