Mittelmeergemüse

Rezept von V-ZUG AG



Zubereitung	20 Min.
Garzeit	15 Min.
Portionen	4
Gerät	Combair-Steam SE ab 2015

Zubereitung

2 Zucchetti

300 g Tomaten, San Marzano

1 Aubergine

2 Thymianzweige

2 Rosmarinzweige

Stiel- und Blütenansatz von den Zucchetti entfernen und diese in 4 cm lange und 1 cm dicke Stäbchen schneiden. Stielansatz der Tomaten ausstechen und diese in Schnitze schneiden. Aubergine vom Stiel- und Blütenansatz befreien, längs vierteln und quer in 2 cm breite Stücke schneiden.

Gemüse in den gelochten Garbehälter geben und abgezupfte Rosmarin- und Thymianblätter darübergeben. Garbehälter in den kalten Garraum schieben. Dämpfen.

Dämpfen 100 °C während 15 Min.

Salz

Pfeffer

Olivenöl

Gemüse aus dem Garraum nehmen, nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen und mit Olivenöl beträufeln.

Zubehör

Garbehälter gelocht

Zusätzliche Informationen

Erstellt am	11.12.2019