

Ofengemüse mit Basilikumschmand

Vegetarisch » Zucchini-Gerichte

Zutaten (4 Personen)

- » 1,5kg Kartoffel(n)
- » Salz & Pfeffer
- » 3El Olivenöl
- » 2 Zweige Rosmarin
- » 300g Zucchini
- » 300g Champignons
- » 200g Tomate(n)
- » 125ml Instant-Gemüse-Brühe
- » 1 Bd. Basilikum
- » 200g Schmand
- » 300g Vollmilchjoghurt

Bewertung



Beschaffung

in jedem Discounter



Kosten

6-10€



Schwierigkeitsgrad

Einsteiger



Warte-Zeit

31-60min



Zubereitungszeit

61-90min

Zubereitung

Zubereitung

- Ofen auf 200°C vorheizen
- Kartoffeln schälen, waschen, in Stücke schneiden
- auf einem Blech verteilen
- Kartoffeln salzen, pfeffern
- Rosmarin abbrausen, Nadeln abstreifen
- Kartoffeln mit Öl beträufeln und mit Rosmarin bestreuen
- Kartoffeln ca. 30 min im Ofen garen
- inzwischen Zucchini putzen, in Stücke schneiden
- Pilze abreiben, eventuell zerkleinern
- Zucchini und Pilze nach 30min zu den Kartoffeln geben
- alles weitere 15 min garen
- Tomaten waschen
- Tomaten zum Gemüse geben
- alles 5 min weitergaren
- Gemüse salzen und pfeffern

Dipp zubereiten

- Basilikum abbrausen, Blätter abzupfen, hacken
- mit Schmand und Joghurt verrühren
- salzen und pfeffern
- Ofengemüse mit dem Basilikumschmand servieren

Nährwerte: 580kcal/E16g/F21g/KH73g pro Person

angelegt am: 09.09.2002

Rezept-Nr: 124

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke