

Gegrillter Käse mit Auberginengemüse

- für 4 Personen -

Zutaten:

1 Zwiebel (25 g)
1 kleine Knoblauchzehe
1 Aubergine (300 g)
125 g getrocknete und in Öl eingelegte Tomaten
1 Paprika (100 g)
2 Zucchini (500 g)
4 El Öl in welchem die Tomaten eingelegt sind
200 g weißer Käse max. 45% F. i. T.
Oregano, getr. Basilikum, Cayenne-Pfeffer, Paprika, Salz

Zubereitung:

Gemüse putzen, würfeln und im Speiseöl anbraten (1. Zwiebeln/Knoblauch, 2. Auberginen, 3. Tomaten, 4. Paprika, 5. Zucchini) · mit Cayenne-Pfeffer, Paprika und Salz würzen · Käse vierteln, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen mit Öl bestreichen und mit Oregano und Basilikum würzen · bei 250°C, 20 Min. auf mittlerer Schiene grillen · Gemüse auf dem gegrillten Käse servieren

Nährwertangaben:

1 Portion = 284 kcal, 4 g Ball., 41 mg tier. Chol.
0 KHE