



RAUCHIGES RATATOUILLE

mit Ziegenkäse und Knoblauch-Bruschetta



HELLO ZUCCHINI

Richtig gesund: Die Zucchini liefert Dir eine große Portion Vitamin A und E.



gelbe Paprika



rote Paprika



Zucchini



Aubergine



Knoblauchzehe



stückige Tomaten



Gewürzmischung „Ratatouille“



Ciabatta-Brot



Basilikum



Ziegenkäse

30 Minuten

Stufe 2

Veggie

Zeit sparen

Der Frühling kann kommen – mit ganz viel frischem Gemüse und herzhaftem Ziegenkäse geht die Sonne auf! Kombiniert mit einer rauchig-aromatischen Gewürzmischung läutet dieses Gericht die wärmeren Tage ein! Guten Appetit! Lass Dir unser **ballaststoffreiches** Gericht schmecken!

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab. Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor. Zum Kochen benötigst Du außerdem **Backpapier**, ein **Backblech**, **1 kleinen Topf**, eine **Knoblauchpresse**. Entdecke das **rauchige Ratatouille mit Ziegenkäse und Knoblauch-Bruschetta**.



1 VORBEREITUNG

Gelbe und **rote Paprika** halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in ca. 1 cm dicke Streifen schneiden. Enden von **Zucchini** und **Aubergine** abschneiden, dann beides in ca. 2 cm große Würfel schneiden. **Knoblauch** abziehen.



2 FÜR DAS RATATOUILLE

Paprikastreifen, **Zucchini-** und **Auberginenwürfel** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen (etwas Platz für das Brot lassen), mit 1½ TL [1½ EL] **Olivenöl** beträufeln, etwas **salzen** und **pfeffern** und auf der mittleren Schiene im Backofen ca. 15 Min. backen, bis das **Gemüse** weich ist.



3 WÄHRENDESSEN

In einem kleinen Topf 1 EL [2 EL] **Öl** auf mittlerer Stufe erhitzen, 1 [2] **Knoblauchzehe** dazupressen und ca. 1 Min. anbraten. Mit **stückigen Tomaten** ablöschen. **Gewürzmischung**, 1 Prise **Zucker**, etwas **Salz** und **Pfeffer** zugeben und **Soße** ca. 5 Min. einköcheln lassen.



4 BRUSCHETTA VORBEREITEN

Ciabatta längs aufschneiden und 6 – 8 Min. zum Gemüse in den Backofen geben. Anschließend restlichen **Knoblauch** halbieren und **Ciabattahälften** damit einreiben. Mit 1 TL [1 EL] **Olivenöl** beträufeln und je nach Geschmack mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. **Ciabattahälften** in große Stücke schneiden.



5 ZUM SCHLUSS

Blätter vom **Basilikum** abzupfen und grob hacken. **Ziegenkäse** mit den Händen zerkleinern.



6 ANRICHTEN

Ratatouille auf Teller verteilen, **Tomatensoße** und zerkleinerten **Ziegenkäse** darüber verteilen, mit gehacktem **Basilikum** bestreuen und zusammen mit **Knoblauch-Bruschetta** genießen.

2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	4P
gelbe Paprika ES	1	2
rote Paprika ES	1	2
Zucchini ES	1	2
Aubergine ES	1	2
Knoblauchzehe ES	2	4
stückige Tomaten (Dose)	1	2
Gewürzmischung „Ratatouille“ (15)	3 g	6 g
Ciabatta-Brot (1)	1	2
Basilikum	10 g	20 g
Ziegenkäse (7)	125 g	250 g

(Oliven-)Öl*, Salz*, Pfeffer*, Zucker*

* Gut im Haus zu haben [bei 4 Personen Menge in Klammern]
 ☞ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 800 g)
Brennwert	416 kJ/99 kcal	3332 kJ/793 kcal
Fett	4 g	35 g
– davon ges. Fettsäuren	2 g	13 g
Kohlenhydrate	12 g	93 g
– davon Zucker	3 g	24 g
Eiweiß	4 g	28 g
Ballaststoffe	2 g	13 g
Salz	0 g	3 g

ALLERGENEN

1) Gluten 7) Lactose 15) kann Spuren von Allergenen enthalten
 (Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGLÄNDER

ES: Spanien

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC® zertifiziert (FSC®-C129012).



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
 AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at

LASS ES DIR SCHMECKEN!