

Rezept für Ratatouille

(aus dem Buch „Meine französischen Küchenschätze“ von Michel Roux, Christian Verlag, 2015)

300 g Auberginen, gewaschen
400 g Zucchini, gewaschen
200 g Paprikaschoten, vorzugsweise grüne oder gelbe, gewaschen, trockengetupft
200 ml fruchtiges Olivenöl
200 g Zwiebeln, abgezogen, gewürfelt
1/2 Knoblauchzehe
800 g Tomaten, enthäutet, Samen entfernt, grob gewürfelt
1 mittelgroßes Bouquet garni (Kräutersträußchen aus Petersilie, Lorbeerblatt, Thymian)
Meersalz, frisch gemahlener Pfeffer



Blüten- und Stielansatz von den Auberginen und Zucchini abschneiden. Die Auberginen in Würfel von etwa 1,5 cm Kantenlänge schneiden, auf einen Teller legen, leicht mit Salz bestreuen und 30 Minuten zum Wasserziehen beiseite stellen.

Die Zucchini in Würfel von etwa 2 cm Kantenlänge schneiden und beiseite stellen.

Den Grill vorheizen. Die Paprikaschoten mit etwas Olivenöl bepinseln und unter häufigem Wenden grillen, bis sie Blasen werfen und von allen Seiten etwas Farbe genommen haben. In eine Schüssel mit Eiswasser tauchen, dann vorsichtig mit den Fingern oder einem kleinen Messer enthäuten. Die Schoten halbieren, von den Samen und weißen Scheidewänden befreien, in kleine Stücke schneiden und beiseite stellen.

In einem Schmortopf mit schwerem Boden ein Drittel des Olivenöls bei geringer Temperatur erwärmen. Die Zwiebeln und den Knoblauch darin 2 Minuten anschwitzen, dabei mit einem Holzlöffel rühren. Dann die Tomaten und das Bouquet garni hinzufügen und bei mittlerer Temperatur etwa 15 Minuten garen, dabei alle 5 Minuten rühren. Die Paprika- und Zucchiniwürfel hinzufügen, leicht salzen und 30 Minuten kochen.

Inzwischen die Auberginen trockentupfen. In einer Bratpfanne das restliche Olivenöl bei mittlerer Temperatur erwärmen und darin die Auberginen 20 Minuten braten, dabei einmal umrühren. Die Auberginen in den Topf zum Gemüse geben, mit einem Holzlöffel umrühren und bei geringer Temperatur 25-35 Minuten köcheln lassen; die Garzeit hängt von der Frische des Gemüses ab. Dabei alle 5-10 Minuten rühren. Das Gemüse sollte nicht zu matschig, der Geschmack jedes einzelnen noch erkennbar sein. Das Bouquet garni und den Knoblauch entfernen. Das Ratatouille mit Salz und großzügig mit Pfeffer würzen. Direkt aus dem Topf servieren.

Anmerkung: Ratatouille schmeckt auch sehr gut wieder aufgewärmt, manchmal sogar noch besser. Verquirlte Eier unter etwas restliche Ratatouille gemischt sind ebenfalls köstlich.