

Ratatouille

Zutaten für 4 Portionen :

3 – 4 Paprikaschoten
1 Aubergine
1 Zucchini
1 große Gemüsezwiebel
2 Fleischtomaten (oder 4 Strauchtomaten)
2 EL Olivenöl
Je eine rote und grüne Peperonischote
2 Knoblauchzehen
3 EL Olivenöl
Meersalz
1 Zweig Rosmarin
2 Zweige Thymian
einige Nadeln Lavendel



Zubereitung :

Diesen typisch südfranzösischen Gemüse Eintopf habe ich zum ersten Mal in Avignon beim Camping gekocht. Beim schnippeln des Gemüses für ein Letscho wurde ich von den französischen Nachbarinnen beobachtet. Sie dachten natürlich, das soll ein Ratatouille werden und meinten, da müssten unbedingt Zucchini und Auberginen dazu. Also wurden diese exotischen Gemüsesorten (1970 waren die in Deutschland noch nicht so bekannt) gekauft und das erste Ratatouille gekocht.

Die Aubergine, die Paprikaschoten und die Fleischtomaten bekommen eine „Sonderbehandlung“. Die Aubergine wird gewürfelt (1 cm große Würfel) und auf einem Sieb gesalzen. Wenn sie „genug geweint“ hat, wird sie mit kaltem Wasser abgebraust und gut trocken geschüttelt. Die Paprika werden im Ganzen auf einer Alufolie in den Backofen gelegt und bei 200 °C und zugeschaltetem Grill geröstet. Wenn die Haut Blasen wirft umdrehen. Wenn sie rundherum geröstet sind, sollten sie auch schon schön schlaff sein. Es macht nichts, wenn die Haut dabei schwarz wird. Sie lässt sich jetzt leicht abziehen, die Paprikas schmecken köstlich und sind leichter verdaulich ohne Haut. Die Tomaten werden am Stielansatz kreuzförmig eingeschnitten und kommen kurz in kochendes Wasser und werden dann gehäutet. Die Tomaten werden gewürfelt, ich entferne dabei den Stielansatz.

Die Zwiebel wird geschält und ebenfalls gewürfelt oder in halbe Ringe geschnitten. Dann wird die Zwiebel in Olivenöl angedünstet, die zerkleinerten Peperonischoten und der klein geschnittene Knoblauch dazu gegeben und dünsten lassen. In einer großen Pfanne werden in Olivenöl die Zucchini und Auberginenwürfel Portionsweise scharf angebraten. Das gibt dem Eintopf etwas mehr Geschmack. Nun werden die Kräuter und das Meersalz untergemischt und der Gemüse Eintopf ziehen lassen, bis die Zucchiniwürfel bissfest gegart sind. Dann kommen die Tomatenwürfel dazu, werden kurz mitgedünstet. Ganz zum Schluss mischt man die gewürfelten Paprikaschoten unter, die sind ja im Backofen schon weich geworden. Das Ratatouille wird meist als Beilage verwendet, kann aber auch mit Brot und einer klein geschnittenen Wurst darin als Hauptgericht gegessen werden.