

# Mediterranes Ofengemüse



## Zutaten für 1 Blech:

1 Zucchini  
1 Aubergine  
400 g Champignons  
1 Paprika rot  
1 Paprika gelb  
1 rote Zwiebel  
ca. 2 EL italienische Kräuter getrocknet  
6 EL Olivenöl  
Meersalz / Pfeffer

## Zubereitung:

Gemüse in grobe mundgerechte Stücke schneiden, in einer Schüssel (+ Deckel) mit Kräuter und Olivenöl würzen/ marinieren, Deckel drauf + schütteln. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben, im Ofen bei 220°C Ober-/Unterhitze für 20-25 Minuten garen. Nimm die zweite Einschubhöhe von oben, so bekommt das Gemüse die perfekte Hitze von oben (Umluft nicht zu empfehlen). Währenddessen 2-3x wenden.

## Wichtig:

Salz und Pfeffer erst nach dem garen über das Gemüse geben. Salz entzieht dem Gemüse Wasser und es wird "matschig".

## Tipp:

Verwende Gemüse und Gewürze nach deinem Geschmack. Auch lecker sind Kartoffeln, Möhren oder Tomaten. Nach 20-25 Minuten finde ich das Gemüse genau richtig im Biss. Du möchtest alles etwas mehr "geschmort" haben dann gib einfach noch Zeit hinzu.

*Guten Appetit und gutes Gelingen wünscht LelaLecker eure Küchenfee aus Hohenlohe!*

[www.lalalecker.jimdofree.com](http://www.lalalecker.jimdofree.com)