Veganer Ratatouille-Auflauf

Zeit gesamt
1h

Zubereitungszeit
45min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Rosmarin, frisch	5 g
Thymian, frisch	5 g
Öl	2 EL
Tomaten, gehackt	400 g
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Zucker	1 TL
Auberginen	2 St.
Strauchtomaten	4 St.
Zucchini	2 St.
Basilikum, frisch	10 g

Zubereitung

Küchenutensilien

große Auflaufform

1. Zwiebel halbieren, schälen und fein hacken. Knoblauch schälen und fein hacken. Rosmarin und Thymian waschen, trocken schütteln, Blättchen abstreifen und grob hacken. In einem Topf 2 EL Olivenöl auf mittlerer Stufe erhitzen. Zwiebel und Knoblauch zugeben und ca. 3 Min. anschwitzen. Gehackte Tomaten, Rosmarin und Thymian zugeben und aufkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

2. Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Auberginen waschen, Enden entfernen und in dünne Scheiben schneiden. Tomaten waschen und in Scheiben schneiden. Zucchini waschen, Enden entfernen und in Scheiben schneiden.

3. In eine Auflaufform Tomatensauce geben. Gemüse kreisförmig fächerartig abwechselnd auf der Tomatensauce verteilen. Mit Salz würzen und im Ofen ca. 45 Min. backen.

4. Inzwischen Basilikum waschen, trocken schütteln und Blättchen abzupfen. Veganen Ratatouille-Auflauf mit Basilikum bestreuen und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	187 kcal
Kohlenhydrate	33 g
Eiweiß	7 g
Ballaststoffe	11 g
Fette	6 g