LeibSpeise
VOLLWERT CATERING

Rezept der Woche

Die **Gemüse-Schmorpfanne nach Ottolenghi** heißt im Original
Geröstete Pastinaken & Süßkartoffeln mit Kapernvinaigrette

Für 4 Personen

4 Pastinaken, 4 mittelgroße rote Zwiebeln, 2 mittelgroße Süßkartoffeln,
120 ml Olivenöl, frischer Thymian und Rosmarin, 1 Knoblauchknolle, Salz & Pfeffer,
Kirschtomaten (nach Belieben – ist ja nicht gerade Saison ...), Sesamsamen
Vinaigrette: 2 EL Zitronensaft, 4 EL Kapern, ½ TL Ahornsirup,
½ TL Dijonsenf, 2 EL Olivenöl, ½ TL Salz

Den Backofen auf 190 Grad vorheizen. Die Pastinaken schälen, teilen, halbieren. Die Zwiebeln in Spalten schneiden. Alles in einer Schüssel mit Olivenöl, den Kräutern, Pfeffer und Salz mischen und in eine ofenfeste Form geben. 20 Minuten im Backofen rösten. Süßkartoffeln an beiden Enden einkürzen, ungeschält halbieren, in Spalten schneiden. Zu den Pastinaken geben, gut vermischen und weitere 40-50 Minuten schmoren. Sobald das Gemüse gar ist und eine appetitlich goldbraune Färbung angenommen hat, die halbierten Tomaten untermischen. Nochmals 10 Minuten rösten. Für die Vinaigrette alle Zutaten verrühren. Das Gemüse aus dem Ofen nehmen und sofort mit dem Dressing übergießen.

Schmeckt auch köstlich mit Ihrem Lieblingsgemüse wie Steckrübe, Kartoffel (besonders geeignet Bamberger Hörnchen oder Rosa Tannzapfen – gibt's u.a. bei unserem Bio-Bauern Johannes Welde oder in der VG), Möhre, Schwarzwurzel, Rote Bete, Blumenkohl ...
Wir verwenden: Kartoffeln, Pastinaken, Topinambur, Knollensellerie,
Rote Bete, Kürbis – und für die Erwachsenen Kapernvinaigrette.

Nachzulesen in dem grandiosen Kochbuch „Genussvoll vegetarisch" von Yotam Ottolenghi, das ich allen Freunden raffinierter Gemüseküche nur wärmstens ans Herz legen kann. Ottolenghi, Israeli mit deutscher und italienischer Großmutter sowie bekennender Fleischliebhaber, führt in London diverse Restaurants. Seit 2006 schreibt er für den „Guardian" eine vegetarische Kolumne, die Kultstatus erlangte. Selbiges kann man von seinen Kochbüchern behaupten, die allein beim Durchblättern – jedenfalls bei mir – jene unbändige Lust auslösen, mich an den Herd zu stellen und zu kochen ...
Wer auf der Suche nach mediterran-orientalischen Rezepten ist, wird mit Ottolenghi seine helle Freude haben!

Nachzulesen unter News bei www.leibspeise-dresden.de

Leibspeise Dresden UG (haftungsbeschränkt) · Haydnstraße 39/41 · 01309 Dresden
Telefon: 03 51. 85 18 62 37 · **Mobil:** 01 78. 5 36 20 73 · **E-Mail:** info@leibspeise-dresden.de

www.leibspeise-dresden.de