

Unser Rezept für Pinchos de verduras aus dem spanischen Tapas Kochkurs

Zutaten:

4 Auberginen
5 Zucchini
5 Paprikas
300 g Champignons
2 Fenchelknollen
Olivenöl
Salz & Pfeffer
frische Rosmarin- & Thymianzweige
Knoblauch
Holzspieße

Zubereitung:

Gemüse waschen. Die Auberginen und Zucchini der Länge nach halbieren – mit einem Löffel das Kerngehäuse der Zucchini entfernen – und alles in ca. 2-3 cm dicke Scheiben schneiden. Die Paprikas vom Kerngehäuse trennen und in grobe rechteckige Stücke schneiden.

Die Champignons vierteln. Das Fenchelgrün entfernen, vierteln und den Strunk wegschneiden. Die Fenchelviertel in feine Streifen schneiden. Den Knoblauch mit dem flachen Messer andrücken und von der Schale befreien.

Alle Zutaten in einer Schüssel vorsichtig mit Salz, Pfeffer & Olivenöl vermengen und abwechselnd aufspießen. Die Spieße anschließend auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.

Rosmarin- & Thymianzweige zwischen den Handinnenflächen reiben und mit dem angedrückten Knoblauch über den Spießen verteilen.

Bei 175°C ca. 15-20 min im Backofen rösten, mit confierten Kirschtomaten garnieren und direkt servieren.