

# Mediterranes Ofengemüse

## Gemüse:

- 1 Zucchini, in Stücken
- 1 Paprika, in Stücken
- 100 g Champignons, geviertelt
- 10 Mini-Tomaten, halbiert
- 1 rote Zwiebel, in Ringen

## Marinade:

- 4 EL ÖL
- 2 EL Balsamicocreme
- 3 EL Tomatenmark
- $\frac{1}{2}$  TL Salz
- 2 EL Kräuter der Provence
- 1 Msp. Pfeffer
- $\frac{1}{2}$  TL Paprika edelsüß

## Optional:

- $\frac{1}{2}$  Packung Fetawürfel



**Martina Ruck**  
selbständige Beraterin  
[www.ofenzauberei.de](http://www.ofenzauberei.de)  
[info@ofenzauberei.de](mailto:info@ofenzauberei.de)

Gemüse waschen und in mundgerechte Stücke schneiden, Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Alles zusammen in die große 2-Lite-Nixe geben.

Alle Zutaten für die Marinade miteinander verrühren.  
Zum Gemüse geben und alles gut durchmischen.

Mariniertes Gemüse **ca. 30 min.** ziehen lassen.

Danach nochmal kurz durchmischen und in den kleinen Bäcker, die Ofenhexe oder den mittleren Ofenzauberer geben und nach Geschmack noch mit gewürfeltem Feta belegen.

Im vorgeheizten Backofen bei **200 Grad Ober-/Unterhitze**  
zunächst **15 min.** dünsten.

Danach auf **250 Grad Ober-/Unterhitze** hochschalten und weitere **10 min.** fertig garen.