

## Gebackener Gemüsesalat mit Crostini

HAUPTGERICHT FÜR 4 PERSONEN

400 g Auberginen  
Salz\*  
4 Tomaten  
400 g Zucchini  
2 grosse Zwiebeln  
3 Knoblauchzehen  
¼ Bund Thymian  
1 dl Olivenöl  
8 Baguettescheiben  
1 Bund Basilikum  
Kräutersalz, Pfeffer  
0,75 dl Gemüsebouillon  
3 EL Apfelessig  
1 TL milder Senf

1. Backofen auf 170 °C vorheizen. Auberginen in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Mit wenig Salz bestreuen. Ca. 5 Minuten ziehen lassen. Gemüsescheiben mit Haushaltspapier trocken tupfen. Tomaten waagrecht halbieren, dann vierteln. Zucchini längs halbieren und in 2 cm breite Stücke schneiden, Zwiebeln halbieren und in grobe Schnitze schneiden. Gemüse und ungeschälten Knoblauch in eine Schüssel geben. Thymian darüberzupfen. Alles mit ½ des Öls beträufeln, salzen. Gut vermischen. Auf ein grosses, mit Backpapier belegtes Blech verteilen. Im Ofen ca. 30 Minuten bissfest garen.

2. Baguettescheiben mit wenig Öl bestreichen. Ca. 5 Minuten im Ofen knusprig backen. Basilikum grob hacken, mit ½ des restlichen Öls mischen. Mit Kräutersalz und Pfeffer würzen.

3. Gebackene Knoblauchzehen aus der Schale drücken. Mit Bouillon, Essig und Senf pürieren. Restliches Öl im Fadenlauf dazugeben. Knoblauchdressing mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gemüse noch warm mit dem Dressing vermischen. Crostini mit Basilikumöl beträufeln und dazuservieren.

**ZUBEREITUNG** ca. 30 Minuten  
+ ca. 30 Minuten garen  
**Pro Person** ca. 12 g Eiweiss, 28 g Fett,  
37 g Kohlenhydrate, 1900 kJ/450 kcal

\* Ausser Salz sind alle Zutaten in Bio-Qualität erhältlich.