

Wieder mal ein Gericht, für das es Millionen verschiedener Rezept gibt. Und das ist auch gut so, denn die Ratatouille ist ein Essen, das optimal in den Zeitgeist passt: Es ist im Zweifel vegan, naturbelassen, aromatisch, leicht und einfach nachzukochen. Zudem gehört dieses mediterrane Rezept in den Sommer, der ja jetzt hoffentlich mal anfängt. Das Besondere an Rainers rasanter Ratatouille ist die separate Zubereitung der Aubergine und die Verwendung geschmolzenen Knoblauchs. Aber fangen wir vorne an.

Die Zutaten:

Es lohnt sich eigentlich nicht, Ratatouille nur für zwei Personen zu kochen. Also mach es so, dass du die angegebenen Mengen nimmst und evtl. Rest entweder am Folgetag kalt oder aufgewärmt als Vorspeise nutzt oder in einer Nudelsoße verwendest. Hier also die Mengen für einen ordentlichen Pott voll Ratatouille:

- 2 nicht zu große Auberginen
- 1 mittelgroße Zucchini
- 2 bis 3 rote Spitzpaprika
- 1 Dose stückige Tomaten
- mindestens 6 Knoblauchzehen
- 1 große Zwiebel
- Olivenöl
- Weißweinessig
- getrockneter Oregano
- frischer Thymian
- Salz und Pfeffer

Die Zubereitung:

Wasch die Auberginen schneiden den Blütenansatz ab und zerleg die Früchte in fingerdicke halbierte Scheiben. Gib die Auberginenstücke in eine ausreichend große Schüssel. Füge 5 bis 6 Ess(!)löffel Salz und einen langen Schuss Olivenöl hinzu. Rühre dann alles gründlich durch und lass die Sache mindestens 20 Minuten durchziehen. In der Zeit heizt du den Ofen auf 200° Umluft vor. Leg ein Backblech mit Papier aus. Spül die Auberginenstücke rasch unter fließendem Wasser ab, um überschüssiges Salz und die damit extrahierte bittere Brühe zu entfernen. Leg die Stücke nebeneinander aufs Backblech. Drück die Knoblauchzehen alle mit

der Messerklinge an und leg sie dazu. Röste die Aubergine 30 Minuten lang, wobei du nach der Hälfte der Zeit die Stücke wendest.

Wasch Zucchini und Paprika. Würfle die Zwiebel und dünste sie in reichlich Olivenöl. Die Zucchini schneidest du in gleichgroße Würfel. Entferne Strunk und Kerne aus den Paprikaschoten und schneide sie in nicht zu schmale Streifen. Sobald die Zwiebeln Farbe genommen haben, gibst du Zucchinistücke und Paprikastreifen und die Dosentomaten dazu. Füge ein bis zwei Esslöffel Essig hinzu, salze und pfeffere vorsichtig. Das muss jetzt so etwa 20 Minuten ganz leise köcheln. Wird die Mischung zu fest, gieß ein wenig Wasser zu. Nach 10 Minuten kommen die Kräuter hinein.

Jetzt sind auch Auberginen und Knoblauch reif. Die Auberginenstücke hebst du einfach unter das andere Gemüse. Dann quetschst du aus jeder einzelnen Knoblauchzehe den weichen Inhalt ebenfalls in die Ratatouille. Alles sehr gut durchrühren und mit Salz (wird meist nicht nötig sein), ordentlich schwarzem Pfeffer aus der Mühle und evtl. mehr getrockneten Oregano ab. Ist dir die Sache zu säuerlich, arbeitest du mit ein bisschen (1 Teelöffel) braunem Rohrzucker dagegen.

Wie gesagt: Bis hierher ist das ganze Gericht absolut vegan. Ich serviere gern Creme fraiche dazu, weil sich so ein Klecks optisch gut macht und einfach lecker dazu schmeckt. Obligatorische Beilage sind Baguettescheiben – einfach so oder schön in der Pfanne geröstet.