



Griechisches Ofengemüse mit Feta

mit Oliven und Joghurt-Minze-Dip



30-40min



2 Personen

Bequemlichkeit ist des Menschen Freund und Laster, wenn aber ein Gericht wie dieses dabei rauskommt, eindeutig eher Ersteres! Der Ofen macht heute nämlich die meiste Arbeit. Frische Kartoffeln, Paprika und Aubergine werden mit provenzalischen Kräutern gemischt und anschließend knusprig gebacken. Serviert werden sie mit einem zitronigen Oliven-Topping und frischem Joghurt dressing mit Minze – und das war's schon. Ehrlich!

- 1 Packung festkochende Kartoffeln
- 1 große Aubergine
- 1 Paprika
- 1 rote Zwiebel
- 1 Päckchen Provence-Kräutermischung
- 1 Knoblauchzehe
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Packung grüne Oliven
- 10g Minze
- 1 Becher Joghurt ⁷
- 100g Feta ⁷

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Küchenreibe

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 653kcal, Fett 37.2g,
Kohlenhydrate 61.6g, Eiweiß 18.6g



1. Kartoffeln vorbacken

Den Backofen auf 230°C (210°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln samt Schale** in 1-2cm breite Spalten schneiden. Die **Aubergine** längs halbieren und in 1-2cm große Würfel schneiden. Die **Kartoffeln** und die **Auberginenwürfel** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1 EL Olivenöl, ½ TL Salz und 1 Prise Pfeffer vermengen und 10-15 Min. im Ofen vorbacken.



4. Würzöl zubereiten

Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln oder reiben. Die **Zitronenschale** fein abreiben. Die **Oliven** fein hacken und mit der **½ des Knoblauchs, 1TL Zitronenschale, den übrigen Provence-Kräutern** und 1EL Olivenöl vermengen. **Tipp:** Wer keinen rohen **Knoblauch** mag, kann den **Knoblauch** vorher ca. 30Sek. in einer kleinen Pfanne mit etwas Olivenöl braten.



2. Gemüse schneiden

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in grobe Stücke schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in dünne Spalten schneiden.



5. Joghurt verfeinern

Die **Minzeblätter** von den Stängeln zupfen und fein schneiden. Den **Joghurt** mit der **Minze** und dem **restlichen Knoblauch verrühren** und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



3. Ofengemüse fertigstellen

Nach 10-15Min. Backzeit die **Paprika**, die **Zwiebeln**, **1-2TL Provence-Kräuter** und 1TL Olivenöl auf dem Blech mit den **Kartoffeln** und den **Auberginen** vermengen und das **Gemüse** noch 10-15Min. backen, bis alles goldbraun und gar ist.



6. Anrichten und servieren

Das **Ofengemüse** auf Teller verteilen und nach Belieben mit dem **Würzöl** beträufeln. Den **Feta** darüberkrümeln. Die **Zitrone** in Spalten schneiden und mit ggf. übrigem **Würzöl** und dem **Joghurt** dazu reichen.