

Gemüsebrote

Was bei uns leider etwas in Vergessenheit geraten ist, ist in den Mittelmeerländern immer noch üblich. Man schaut, was der Garten gerade liefert oder welches Gemüse es zu der Jahreszeit gerade günstig gibt und dieses Gemüse wird dann als Brotbelag benützt. Bevor in unseren Metzgereien Hunderte von Wurstsorten Einzug hielten, gab es auch bei uns im Sommer einfach einmal ein Butterbrot belegt mit frischen Tomaten oder später mit Radieschen.

Zutaten für 4 Personen:

- ▶ 300 g Blumenkohl
- ▶ 300 g Wirsing
- ▶ 1 Stange Lauch
- ▶ 4 Tomaten
- ▶ 1 Zwiebel
- ▶ 3 EL Olivenöl
- ▶ 1 Knoblauchzehe
- ▶ 250 ml Gemüsebrühe
- ▶ 1 Bund Petersilie
- ▶ Salz, Pfeffer
- ▶ 4 Scheiben Mehrkornbrot



Zubereitung:

- ▶ Das Gemüse putzen. Den Blumenkohl in feine Röschen teilen, den Wirsing und den Lauch klein schneiden.
- ▶ Die Tomaten würfeln.
- ▶ Die Zwiebel hacken.
- ▶ Den Backofen auf 150 Grad vorheizen.
- ▶ Olivenöl in einem breiten Topf erhitzen. Blumenkohl, Wirsing, Lauch, Tomaten und Zwiebel darin kurz andünsten. Knoblauch dazupressen.
- ▶ Die Gemüsebrühe dazu gießen. Das Gemüse 10 Minuten darin garen.
- ▶ Inzwischen die Petersilie fein hacken. Zum Gemüse geben.
- ▶ Die Brotscheiben in eine Auflaufform geben. Das Gemüse darauf verteilen. Im heißen Backofen circa 10 Minuten überbacken.