

Antipasti Mista in Senf-Thymian-Vinaigrette



Pro Portion:

kJ/kcal: 1950/466

EW: 19,2g

F: 30,0 g

KH: 30,0 g

BE: 1,8

Zubereitung:

Paprikaschoten halbieren, putzen, waschen und in grobe Rauten schneiden. Zwiebeln abziehen und achteln. Champignons putzen. Zucchini putzen und in dickere Scheiben schneiden. Knoblauch abziehen und zerdrücken. Paprika und Zwiebeln zusammen in einem Esslöffel Olivenöl und etwas Knoblauch braten und abkühlen lassen. Champignons und Zucchini ebenfalls jeweils in einem Esslöffel Öl und etwas Knoblauch getrennt braten und abkühlen lassen. Für das Dressing alle Zutaten verrühren, dritteln und jeweils das Gemüse (Paprika und Zwiebeln, Champignons, Zucchini) getrennt in der Marinade ca. 30 Minuten kalt stellen. Antipasti-Mista mit in Parmaschinken gewickelten Grissini und Baguette servieren.

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

Kühlzeit: ca. 30 Minuten

Zutaten (für 4 Portionen):

4 rote Paprikaschoten

2 rote Zwiebeln

250 g kleine Champignons

jeweils 1 grüne und gelbe Zucchini

2 Knoblauchzehen

3 EL Olivenöl

Für das Dressing:

4 EL Löwensenf medium

4 EL heller Balsamicoessig

4 EL Olivenöl

2 EL Aprikosenmarmelade

1 TL Thymianblättchen, frisch oder TK

100 ml Gemüsebrühe

150 g Parmaschinken

12 Grissinistangen

8 Scheiben Kräuterbutterbaguette