

Labneh | Grillgemüse | Zatar

Dauer: 24 h 40 min
Schwierigkeit: Mittel
Zusatzinfos: Vegetarisch

Rezept für 4 – 6 Personen:

Equipment:

- 1 feines Sieb oder sauberes Baumwolltuch
- 1 Grill oder Grillpfanne

Gewürze & Zutaten

- 1 KG Naturjoghurt
- Salz
- 1 Aubergine
- 1 Zucchini
- 2 Rote Paprikaschoten
- 2 – 3 Rispen Kirschtomaten
- Olivenöl
- 2 – 3 EL Zatar

Zubereitung

AM VORTAG:

- 1 Den Naturjoghurt mit etwa ½ Teelöffel Salz verrühren, in ein sehr feines Sieb oder sauberes und waschmittelfreies Baumwolltuch geben und über Nacht mindestens 12 Stunden abtropfen lassen.
- 2 Je länger man den Joghurt abtropfen lässt, umso fester wird der Labneh. Man sollte Joghurt mit mindestens 3,5 % Fettgehalt verwenden.
- 3 Bei Griechischem Joghurt mit 10 % Fett wird es cremiger, aber natürlich auch gehaltvoller!

ZUBEREITEN:

- 1 Backofen auf 220°C Umluft vorheizen.
- 2 Das Gemüse waschen, putzen oder schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Auberginen für etwa 20 Minuten in Salzwasser legen und anschließend gut ausdrücken.
- 3 Nun das Gemüse nacheinander grillen oder in der Pfanne braten. Am besten macht man das für jede Sorte extra und mariniert die Gemüsestücke vorher mit etwas Salz und Olivenöl.

-
- 4 Die Tomaten kurz mit kaltem Wasser abspülen, auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit Olivenöl beträufeln, leicht salzen und bei 220 °C im Ofen für 6-8 Minuten backen, bis die Schale aufplatzt.
-

Anrichten:

- 1 Labneh großzügig auf einen großen Teller oder Platte verteilen und mit dem am besten noch warmen Gemüse belegen, sofort mit reichlich Olivenöl übergießen und mit nicht zu wenig Zatar bestreuen!
-
- 2 Dazu frisches Weiß- oder Fladenbrot servieren und genießen!