

## MARE E MONTI

**Zutaten:** (für 10 Personen)

**Ratatouille:**

- 300 ml Knorr Tomatensauce, zubereitet
- 3 rote Paprika
- 3 gelbe Paprika
- 2 Knoblauchzehen
- 30 ml Olivenöl
- 2 Zwiebeln
- 3 Tomaten
- 3 Thymianzweige
- 1 Lorbeerblatt
- 2 gelbe Zucchini
- 2 grüne Zucchini
- 2 Auberginen
- 8 Tomaten

**Vinaigrette:**

- 1 EL Tomatensauce von dem vorigen Schritt
- 100 ml Knorr Dressing Balsamico
- 1 TL gehackte Petersilie
- 40 ml Hellmann's mit Knoblauchnote

**Zitronen-Kartoffeln:**

- 1,5 kg Kartoffeln, Sorte La Ratte
- 1 Bio-Zitrone
- 4 Schalotten
- 100 ml Olivenöl

**Sardinen:**

- 10 Ölsardinen
- 100 g Mehl
- N. B. Phase Goldflex zum Frittieren
- N. G. Salz

**Steak:**

- 2 kg Rückensteak
- 10 EL Olivenöl
- 10 Rosmarinzweige
- 10 Thymianzweige
- N. G. Meersalz

**Zubereitung:**

**Ratatouille:**

Die Paprika im Ofen so lange rösten, bis die Außenhaut schwarz ist. Herausnehmen, mit einem nassen Handtuch bedecken und anschließend Haut und Kerngehäuse entfernen. Den Knoblauch und die Zwiebeln schälen und mit den Tomaten in Würfel schneiden. Den Knoblauch, die Zwiebeln und die Tomaten in heißem Öl anschwitzen. Die Tomatensauce, Thymian und Lorbeer zugeben und 15 Minuten einkochen lassen. Dann die Paprika zugeben und weitere 10 Minuten köcheln lassen, die Kräuter entfernen und in einem Standmixer fein pürieren. Etwas für die Vinaigrette beiseite stellen, mit dem Rest den Boden einer feuerfesten Form bedecken. Die Zucchini, Auberginen und Tomaten in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Danach abwechselnd überlappend auf die Sauce in der Form legen. Die Form mit einem Deckel schließen und 2 ½ Stunden bei 140 °C im Ofen garen, die letzten 30 Minuten ohne Deckel.

**Vinaigrette:**

Die Sauce mit dem Balsamico-Dressing und Petersilie mischen, abschmecken und nach dem Anrichten über das Ratatouille geben.

**Zitronen-Kartoffeln:**

Die Kartoffeln in Salzwasser kochen, pellen und mit einer Gabel grob zerdrücken. Die Schalotten schälen, in feine Würfel schneiden und in Olivenöl glasig anschwitzen. Danach 100 g zerdrückte Kartoffel mit den Schalotten unter die restlichen Kartoffeln heben und etwas Zitronenabrieb und ¼ des Safts zugeben. Sollten die Kartoffeln zu trocken sein, etwas Olivenöl zugeben.

**Sardinen:**

Die Sardinen abtropfen lassen, leicht salzen und in Mehl wenden. Das Phase Goldflex erhitzen und die Sardinen darin 2–3 Minuten bei 170 °C frittieren.

**Steak:**

Das Steak mit Öl bestreichen und mit Meersalz würzen. Auf den auf 240 °C vorgeheizten Grill geben und die Kräuter oben auf das Fleisch drücken. Vor dem Wenden die Kräuter entfernen und das Fleisch von der zweiten Seite grillen (ca. 4–5 Minuten von jeder Seite). Nach dem Grillen ca. 5 Minuten ruhen lassen.

