Mediterranes Gemüse mit Bulgur

Zutaten (4 Personen)

300 g Bulgur

600 ml Gemüsebrühe

2 mittelgroße Zwiebeln

2 Paprikaschoten

2 Auberginen

2 Zucchini

Schafskäse (ca. 200g)

Mind. 4 EL Tomatenmark (+ ggf. Etwas Harissa)

Knoblauch (ca. 3 Zehen, nach Belieben)

Salz, Pfeffer, Paprikapulver

Chili, Kräuter (z.B. Thymian)

Zubereitung

Bulgur in der Gemüsebrühe köcheln lassen (mind. 10 Minuten, Flüssigkeit sollte gänzlich aufgesogen sein).

Schafskäse in mundgerechte Stücke schneiden.

Zwiebeln würfeln und in Öl anbraten. Tomatenmark und Harissa dazugeben. Auberginen und Zucchini in dünne Scheiben schneiden oder hobeln (Aubergine ggf. halbieren). Paprika in dünne Streifen schneiden und 10 – 15 min. anbraten. Knoblauch dazugeben. Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Chili und Thymian würzen

Bulgur unter das Gemüse mischen. Alles nach Belieben mit Tomatenmark, Knoblauch, Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Chili und Kräutern würzen

Schafskäse, wenn gewünscht, oben darauf geben und leicht schmelzen lassen