



Gegrilde courgettes met italiaanse tomatensaus

Ingredienten:

- 2 el olijfolie
- 1 gesnipperde ui
- 1 teentje knoflook fingeht
- 400 gram tomatenblokjes uit blik
- 1 klein blikje tomatenpuree
- 2 el. Fijngehakte peterselie
- 1 tl gedroogde oregano
- 2 laurierblaadjes
- 1 tl suiker
- Zout en (citroen)peper.
- Scheutje witte wijn
- Courgettes

Vehit de olie en fruit de knoflook. Voeg de ui toe en fruit deze tot hij glazig is. Roer de tomaten, de tomatenpuree, oregano, suiker, laurierbladeren en een scheutje witte wijn erdoor.

Breng op smaak met zout en peper. Laat het geheel 20 minuten zonder deksel op klein laag vuur ongeveer 20 minuten inkoken. Voeg de peterselie toe. Neem schijfjes courgettes en grill deze kort op de bbq of in een grillpan. Schep een llepel saus op de coutgettes en serveer direct.

Variant:

Snijd dikke plakken courgettes (2 tot 3 cm). Doe een scheutje olijfolie in een vuurvaste schaal. Verdeel de courgettes in de schaal. Giet de saus over de courgettes. Leg reepjes mozerella over de saus. Zet het geheel in de ovem die op 170 graden is voorverwarmd. Laat ongeveer 20 minuten pruttelen tot de kaas mooi gesmolten is.

Smakelijk Eten.