

Vegetarische Rezepte

Auberginen Mit Tomaten Und Minze

Anzahl: 2 Portionen

Gattung: Gemüse, Vegetarisch

2 große Auberginen					- gehackt)
3 Essl. Olivenöl		2 Essl. Balsamico			
3 mittelgr. Zwiebeln		8 Anchovis-Filets			
1 große Dose gewürfelte Tomaten		Salz und Pfeffer			
2 Bund Frische Minze; (2 Hand voll					

Die Anchovis eventuell wässern.

Die Auberginen waschen und längs mit dem Sparschäler so schälen, dass Bahnen mit Schale bestehen bleiben. Nun die Auberginen in 1 cm dicke Scheiben schneiden.

Die Zwiebeln pellen und in dünne Scheiben schneiden. Die Dose mit den Tomaten-Würfeln öffnen. Die Minze-Blättchen in Streifen schneiden. Die Anchovis-Filets klein hacken.

Die Auberginen-Scheiben 2 Minuten lang in einem Topf mit kochendem Wasser blanchieren, herausnehmen und auf etwas Küchenpapier abtropfen lassen. In einer Pfanne, am besten einer beschichteten, die Auberginenscheiben mit etwas Olivenöl und aufgelegtem Deckel braten, dabei ab und zu nachsehen, damit sie nicht anbrennen. Die Scheiben sind gar, wenn sie von außen bräunlich und innen weich sind. Dann die Scheiben auf eine große Platte legen, von beiden Seiten salzen und pfeffern und anschließend in eine große Schüssel geben.

2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin die Zwiebelscheiben ca. 3 Minuten andünsten. Die Tomaten in die Pfanne geben, ca. 1 Minute lang köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Tomaten-Zwiebel-Mischung über die Auberginen geben, die Minze und dann das Ganze mit Balsamico beträufeln. Vorsichtig umrühren, 15 Minuten lang ziehen lassen und bei Zimmertemperatur servieren. Kurz vor dem Servieren mit gehackten Anchovis garnieren.