

Auberginen

Ausländische Küche » Türkische Küche

Zutaten (4 Personen)

- » 4 Aubergine(n)
- » Salz
- » 1 Zwiebel(n)
- » 2 Knoblauchzehe(n)
- » 500g Tomate(n)
- » 1/2 Bd. Petersilie
- » 6 Salbeiblatt (-blätter)
- » 200g Hackfleisch
- » 3EL Olivenöl
- » 2TL Mehl
- » 125ml Milch
- » Pfeffer
- » 1 Ei(er)
- » 2EL Semmelmehl
- » 1EL Butter/Margarine

Bewertung



Beschaffung

manchmal im Discounter



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

61-90min

Zubereitung

1. Auberginen abbrausen, putzen und längs halbieren. Fruchtfleisch bis auf 1/2cm Rand kreuzweise einschneiden. Salzen und 30min ziehen lassen.
2. Zwiebel, Knoblauch abziehen, fein hacken. Tomaten einritzen, überbrühen, häuten, entkernen, würfeln. Kräuter abbrausen, trockenschütteln und fein hacken.
3. Auberginen in kochendem Salzwasser blanchieren, herausnehmen und abkühlen lassen. Das Fruchtfleisch auslösen, das Gemüse in eine gefettete Auflaufform setzen. Ofen auf 180°C vorheizen.
4. Zwiebel, Knoblauch im Öl andünsten. Hack zufügen, anbraten, mit Mehl bestäuben. Milch einrühren, aufkochen. Fruchtfleisch dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Kräutern würzen, 5min schmoren. Etwas abkühlen lassen, Ei unterziehen. Auberginen mit der Masse füllen. Brösel und Butter darüber verteilen. Im Ofen ca. 30min garen.

Nährwerte: 390kcal/E19g/F24g/KH24g pro Person

angelegt am: 14.09.2002

Rezept-Nr: 146

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke