Rezept

Auberginen-Cannelloni

Ein Rezept von Auberginen-Cannelloni, am 28.04.2024

Zutaten

1	große Aubergine (ca. 400 g)
1	große rote Paprikaschote
6 EL	Olivenöl
1 ½ TL	gemahlener Kreuzkümmel
60 g	Parmesan (am Stück)
ca. 200 g	Canelloni (ohne Vorkochen)
1 Dose	stückige Tomaten (800 g)
	Salz
1-2	Knoblauchzehen
	Pfeffer
½	Bio-Zitrone
500 g	Ricotta
1 Kugel	Mozzarella (125 g)
	ofenfeste Form (20 x 30 cm)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 740 kcal

Zubereitung

1. Die Aubergine waschen. Den Stielansatz wegschneiden. Aubergine in ca. ½ cm große Scheiben und diese in Würfelchen schneiden. In ein Sieb geben, 1 EL Salz untermischen und die Auberginenwürfel ca. 10 Min. Wasser ziehen lassen (siehe Info). Dann kalt überbrausen, mit den Händen ausdrücken und mit Küchenpapier trocken tupfen.

2. Die Paprikaschote längs aufschneiden und von Stielansatz, weißen Trennwänden und Samen befreien. Die Hälften waschen und fein würfeln. Knoblauch schälen und halbieren, ggf. den grünen Trieb entfernen. Knoblauch fein hacken.

3. In einer großen Pfanne 3 EL Öl erhitzen. Die Auberginenwürfel darin bei starker Hitze unter Rühren in 3 - 4 Min. braun braten. Paprikawürfelchen und Knoblauch unterrühren. Alles mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel würzen. Lauwarm abkühlen lassen.

4. Inzwischen die Zitronenhälfte heiß abwaschen und abtrocknen. Die Schale auf der Küchenreibe fein abreiben, den Saft auspressen. Den Parmesan auf der Küchenreibe fein reiben. Ricotta in eine Schüssel geben und mit der Hälfte des Parmesans, der Auberginenmischung, Zitronensaft und -schale und vermengen. mit Salz und Pfeffer abschmecken.

5. Den Backofen auf 180 ˚ vorheizen, die Form mit 1 EL Öl ausstreichen. Die Cannelloni mithilfe eines Teelöffels und der Finger mit der Ricottamischung füllen und nebeneinander in die Form legen.

6. Den Mozzarella klein würfeln. Die Tomaten in der Dose mit dem übrigen Olivenöl (2 EL) und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer verrühren und über die Cannelloni gießen. Mozzarella und übrigen Parmesan darüberstreuen. Den Auflauf im heißen Ofen (Mitte) ca. 35 Min. backen, bis der Mozzarella geschmolzen ist.