

Rezept

Auberginen-Döner

Ein Rezept von Auberginen-Döner, am 19.04.2024

Zutaten

5-6 Zweige Minze	½ TL Zucker
200 g griechischer Joghurt (10 % Fett)	Salz
500 g schlanke Auberginen	200 g Tomaten
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
4 EL Olivenöl	1 TL Harissa (Chilipaste)
4 Pitta-Brötchen zum Füllen	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 335 kcal

Zubereitung

1. Für den Joghurt die Minze abbrausen, die Blätter grob hacken. Mit dem Zucker im Mixer fein zerkleinern. Minze und 2 EL Wasser in den Joghurt rühren, mit etwas Salz abschmecken. Kalt stellen.
2. Auberginen waschen, putzen, in Scheiben schneiden, diese vierteln. Tomaten waschen, klein würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen, klein würfeln.
3. Öl erhitzen, die Auberginen darin portionsweise bei starker Hitze 3-4 Min. kräftig anbraten. Zwiebel, Knoblauch und Tomaten zugeben. Zusammen bei mittlerer Hitze noch 3 Min. garen. Mit Harissa und Salz abschmecken.
4. Brötchen toasten. An der Markierung abschneiden. Brötchen mit je 1 TL Minzjoghurt und dem Auberginengemüse füllen. Übrigen Joghurt darüber verteilen oder getrennt dazureichen.