

Rezept

Auberginen-Carpaccio

Ein Rezept von Auberginen-Carpaccio, am 14.12.2025

Zutaten

2 Auberginen (à ca. 350 g)	Olivenöl zum Braten und 2 EL nach Belieben zum Beträufeln
1 Bio-Zitrone	2 EL Weißweinessig
2 - 3 TL Honig	1 Knoblauchzehe
Salz	Pfeffer
3 EL Pinienkerne	2 Stiele Minze
3 Stiele Dill	100 g Pecorino (oder Parmesan; am Stück)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 280 kcal, 23 g F, 8 g EW, 9 g KH

Zubereitung

1. Die Auberginen der Länge nach in je 12 Scheiben schneiden. Portionsweise in einer großen Pfanne in Öl von beiden Seiten ca. 3 - 4 Min. anbraten, bis sie leicht gebräunt sind. Die Scheiben jeweils auf Küchenpapier abtropfen lassen.
2. Inzwischen für das Dressing die Zitrone heiß waschen und trocken reiben. Die Schale abreiben, den Saft auspressen. Zitronenschale und 4 EL Zitronensaft mit Essig, 2 EL Wasser und 2 TL Honig verrühren. Knoblauch schälen und dazupressen. Mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken.
3. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett hellbraun anrösten. Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Blätter bzw. Spitzen abzupfen und grob hacken. Den Käse zunächst in dicke Scheiben schneiden, dann grob zerbröckeln.
4. Je 6 Auberginescheiben dachziegelartig überlappend in einer Reihe auf vier Teller legen, mit dem Dressing beträufeln. Kräuter, Pinienkerne und Käse auf die Auberginen streuen. Alles nach Belieben noch mit etwas Öl beträufeln. Mit Weißbrot oder Knoblauchbrot servieren.