

Rezept

Auberginen-Tomaten-Gemüse

Ein Rezept von Auberginen-Tomaten-Gemüse, am 13.06.2026

Zutaten

- 400 g** Auberginen
- 3 EL** Öl
- 1 Dose** Tomaten (400 g Abtropfgewicht)
- 3** Stängel Basilikum (am besten Thai-Basilikum)
- 2** kleine Zwiebeln
- 1-2 gestrichene TL rote Thai-Currypaste (aus dem Asienladen)
- Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 110 kcal

Zubereitung

- 1.** Auberginen waschen und putzen. Zuerst in 1 cm dicke Scheiben schneiden, diese dann quer in Streifen schneiden. Zwiebeln schälen, vierteln und in dünne Streifen schneiden.

- 2.** Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Auberginen darin bei mittlerer Hitze 5 Min. rundherum anbraten. Zwiebeln hinzufügen, 1 Min. mitbraten. 1-2 TL Currypaste unterrühren, 1 Min. braten. Tomaten kleiner schneiden, mit dem Saft dazugeben. Gemüse 5-7 Min. zugedeckt bei kleiner Hitze schmoren. Falls nötig, etwas Wasser angießen.

- 3.** Das Gemüse mit Salz abschmecken. Basilikum waschen, trockenschütteln, Blättchen abzupfen und kurz vor dem Servieren unterheben. Zu Kurzgebratenem oder Hackbällchen servieren.