

Rezept

Auberginen-Tomaten-Gemüse

Ein Rezept von Auberginen-Tomaten-Gemüse, am 20.04.2024

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.