

Rezept

Auberginen in Wein-Kräuter-Sud

Ein Rezept von Auberginen in Wein-Kräuter-Sud, am 10.06.2026

Zutaten

2	Auberginen (je ca. 300 g)	4	große Eiertomaten
1	große weiße Zwiebel	2	Knoblauchzehen
1	Zweig Rosmarin	6 Zweige	Thymian
5	Stängel Oregano	3	Stängel Basilikum
15	schwarze Oliven (möglichst getrocknet, mit Stein)	150 ml	Weißwein
	Pfeffer		Fleur de Sel
	Alufolie	60 ml	Olivenöl

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min
Pro Portion Ca. 195 kcal

Zubereitung

1. Die Auberginen waschen und die Enden wegschneiden, dann die Auberginen quer in gut 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Tomaten waschen und ebenfalls in Scheiben schneiden, dabei die Stielansätze entfernen. Die Zwiebel schälen und in dünne Ringe schneiden. Den Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Kräuter waschen, trocken schütteln und in kleinere Zweigchen zupfen.
2. Den Backofen auf 200° vorheizen. Auberginen- und Tomatenscheiben abwechselnd dachziegelartig in eine flache ofenfeste Form schichten, dabei dazwischen je nach Lust und Laune Zwiebelringe, Knoblauchscheiben und Kräuterzweiglein legen und Oliven einstreuen. Wein darübergießen, dann alles kräftig mit Fleur de Sel und Pfeffer bestreuen und gleichmäßig mit Öl beträufeln. Die Form mit Alufolie zudecken und gut abdichten. Im Ofen (Mitte, Umluft 180°) ca. 20 Min. garen.
3. Die Ofentemperatur anschließend auf 180° (Umluft 160°) herunterschalten. Die Form aus dem Ofen nehmen und das Gemüse mit dem ausgetretenen Saft beträufeln. Wieder gut mit Alufolie abdecken, in den Ofen geben und ca. 1 Std. weitergaren. Dabei das Gemüse ruhig noch zwei- bis dreimal mit etwas Garsud beträufeln. Die Auberginen sollten am Ende weich, aber keinesfalls matschig sein. Am besten etwas abkühlen lassen, dann mit knusprigem ofenfrischen Ciabatta servieren, mit dem man den Sud aufzutunken kann.