

Rezept

Auberginen mit Safranjoghurt

Ein Rezept von Auberginen mit Safranjoghurt, am 12.05.2024

Zutaten

1 Knoblauchzehe	2 EL Olivenöl
2 kleine Auberginen	Salz
Pfeffer	1 Msp. Safranpulver
200 g türkischer Joghurt (10 % Fett; ersatzweise griechischer Joghurt)	3 EL Limettensaft
$\frac{1}{2}$ Granatapfel	$\frac{1}{3}$ Bund glatte Petersilie

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 290 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 220° vorheizen, ein Blech mit Backpapier auslegen. Knoblauch schälen und durch die Presse drücken. Die Hälfte davon mit 1 EL Olivenöl verrühren. Die Auberginen waschen, mit dem Stielansatz längs halbieren und auf der Schnittseite in diagonalen Linien mit jeweils ca. 1 cm Abstand knapp 1 cm tief einschneiden, sodass ein kreuzförmiges Muster auf der Oberfläche entsteht. Die Schnittflächen mit Knoblauchöl bepinseln und die Auberginenhälften mit dieser Seite nach oben auf das Blech legen, salzen und pfeffern. Im heißen Ofen (Mitte) in 35-40 Min. hellbraun braten. Herausnehmen und leicht abkühlen lassen.
2. Inzwischen Safran mit 2 EL kochend heißem Wasser übergießen und 10 Min. ziehen lassen. Joghurt mit übrigem Knoblauch, Limettensaft, restlichem Olivenöl und Safranwasser verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt in den Kühlschrank stellen.
3. Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und grob schneiden. Die Granatapfelkerne aus den Trennhäuten lösen. Die Auberginen aus dem Ofen nehmen und auf Teller verteilen. Kurz abkühlen lassen, dann den Safranjoghurt daraufgeben. Alles mit Granatapfelkernen und Petersilie bestreuen und servieren.