

Rezept

Auberginenaufstrich

Ein Rezept von Auberginenaufstrich, am 25.03.2023

Zutaten

1 Aubergine (etwa 350 g)	1 Bund Frühlingszwiebeln
1 Tomate	1/4 Bund Petersilie
4 EL kalt gepresstes Olivenöl	1 EL Zitronensaft
2 Knoblauchzehen	Salz
Cayennepfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 110 kcal

Zubereitung

1. Backofen auf 250° (Umluft 220°) vorheizen. Aubergine waschen und auf dem Backblech im Ofen (Mitte) in etwa 30 Min. weich garen. Zwiebeln waschen, putzen und sehr fein hacken. Tomate waschen und ganz klein würfeln, dabei Stielansatz entfernen. Petersilie waschen, trockenschütteln und die Blättchen fein hacken.
2. Die Aubergine etwas abgekühlt längs aufschneiden und das Fleisch herauskratzen. Mit Öl und Zitronensaft mit dem Pürierstab pürieren. Den Knoblauch schälen und dazupressen. Zerkleinerte Zutaten untermischen und den Aufstrich mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.