

Rezept

Auberginenpaste

Ein Rezept von Auberginenpaste, am 28.11.2023

Zutaten

1 Aubergine (etwa 400 g)	1/2 Bund Petersilie
2 Knoblauchzehen	4 getrocknete, in Öl eingelegte Tomaten
2 EL grüne Oliven	1 EL Kapern
4 EL Olivenöl	1 EL Zitronensaft
50 g Ricotta, Quark oder Schmand	Salz
Pfeffer aus der Mühle	Cayennepfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 als Imbiss: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 165 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 250 Grad vorheizen (auch schon jetzt: Umluft 220 Grad). Die Aubergine waschen, den Stielansatz abschneiden, die Aubergine rundherum mit einer Rouladennadel oder einem Zahnstocher ein paar Mal einstechen. Aubergine auf das Backblech legen und in den heißen Ofen auf die mittlere Schiene schieben. Aubergine etwa 30 Minuten backen, bis die Haut dunkel und das Auberginenfleisch weich ist (mit einem Messer einstechen!).
2. Die Petersilie abbrausen und trockenschütteln, die Blättchen abzupfen. Den Knoblauch schälen und mit der Petersilie sehr fein hacken. Tomaten abtropfen lassen und klein würfeln. Olivenfleisch von den Steinen abschneiden und mit den Kapern grob hacken.
3. Die Aubergine so weit abkühlen lassen, dass man sie anfassen kann. Dann längs aufschneiden und das weiche Auberginenfleisch mit einem Löffel von der Schale abschaben. Auberginenfleisch mit dem Olivenöl und dem Zitronensaft fein pürieren (Küchenmaschine oder Pürierstab).
4. Alle zerkleinerten Zutaten mit dem Ricotta, Quark oder Schmand unter die Auberginencreme rühren. Paste mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer pikant würzen.