

Rezept

Auberginenröllchen auf Aprikosen-Amaranth

Ein Rezept von Auberginenröllchen auf Aprikosen-Amaranth, am 28.06.2026

Zutaten

200 g Amaranth	Salz
2 TL Ras-el-Hanout (orientalische Gewürzmischung)	150 g Soft-Aprikosen
70 g Mandeln	2 längliche Auberginen
4 EL Olivenöl	Pfeffer
250 g Hirtenkäse (ersatzweise Feta)	300 g griechischer Joghurt (10 % Fett)
2 TL Harissa (arabische Gewürzpaste)	7 EL gehackte glatte Petersilie
4 TL Tahin (Sesampaste)	2 EL gehackte Minze
Fett für das Backblech	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 615 kcal

Zubereitung

1. Den Amaranth in ein feines Sieb geben und mit heißem Wasser waschen. Mit 650 ml leicht gesalzenem Wasser in einen Topf geben und aufkochen lassen. Das Ras-el-Hanout hinzufügen und alles bei mittlerer Hitze zugedeckt 30 Min. köcheln lassen. In zwischen die Aprikosen in kleine Würfel schneiden, nach 15 Min. Garzeit zum Amaranth geben und mitgaren. Die Mandeln grob hacken, in einer kleinen Pfanne rösten und abkühlen lassen.
2. Inzwischen den Backofen auf 220° (Umluft) vorheizen, zwei Backbleche fetten. Die Auberginen waschen, putzen und der Länge nach in 8 Scheiben schneiden. Die Scheiben nebeneinander auf die Backbleche legen, mit dem Olivenöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer bestreuen. Die Auberginenscheiben im Backofen (oben, Umluft 220°) ca. 8 Min. backen, bis sie goldbraun sind. Dann aus dem Backofen nehmen und abkühlen lassen.
3. Den Schafskäse mit 2 EL Joghurt, Harissa und 5 EL gehackter Petersilie verrühren. Jeweils 1 TL Schafskäsemasse auf eine Seite der Auberginenscheiben geben und aufrollen.
4. Den restlichen Joghurt mit dem Tahin, etwas Salz, der restlichen Petersilie und der Minze verrühren. Den Amaranth auf Teller verteilen und die Auberginenröllchen darauf anrichten. Mit Mandeln bestreuen und nach Belieben mit Minzeblättchen garnieren. Die Tahinsauce dazu servieren.