

Rezept

Auberginenschnitzel mit Käse

Ein Rezept von Auberginenschnitzel mit Käse, am 18.09.2024

Zutaten

- | | |
|--------------------------------------|--|
| 1 dicke Aubergine (ca. 340 g) | 1 dicke Zwiebel |
| 1 Scheibe Vollkorn-Toastbrot | 30 g Walnusskerne |
| 6 Stängel Basilikum | 40 g geriebener Emmentaler |
| 3 EL Olivenöl | Salz |
| Pfeffer | 400 g stückige Tomaten (Dose oder Tetrapak) |

Rezeptinfos

Portionsgröße 2 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 415 kcal, 32 g F, 13 g EW, 17 g KH

Zubereitung

1. Die Aubergine putzen und waschen. An zwei Längsseiten eine dünne Scheibe abschneiden, diese Scheiben klein würfeln und beiseitelegen. Die Aubergine dann längs halbieren, sodass zwei gleich dicke »Schnitzel« entstehen.
2. Die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Das Toastbrot in eine Schüssel bröckeln. Die Walnusskerne etwas kleiner hacken und dazugeben. Das Basilikum waschen, trocken schütteln, hacken und hinzufügen. Toast, Walnusskerne, Basilikum und Emmentaler in der Schüssel mischen, salzen und pfeffern.
3. Währenddessen ca. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Auberginenschnitzel darin bei mittlerer Hitze von jeder Seite ca. 4 Min. braten, dabei mit Salz und Pfeffer würzen. Die Auberginenschnitzel aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.
4. Das restliche Öl (1 EL) in der Pfanne erhitzen, die Zwiebel und die Auberginenwürfel darin ca. 1 Min. bei mittlerer Hitze braten. Die stückigen Tomaten in die Pfanne geben, mit Salz und Pfeffer würzen und einmal aufkochen lassen.
5. Die Auberginenschnitzel in die Sauce legen und mit der Nuss-Käse-Mischung toppen. Alles bei mittlerer Hitze zugedeckt noch 4-5 Min. garen, dann sofort servieren.