

Rezept

# Auberginentatar

Ein Rezept von Auberginentatar, am 18.04.2025

## Zutaten

- |                                     |                                  |
|-------------------------------------|----------------------------------|
| <b>1</b> Aubergine (etwa 350 g)     | <b>1</b> kleine rote Chilischote |
| <b>2</b> Knoblauchzehen             | <b>1/2 Bund</b> Petersilie       |
| <b>2</b> Tomaten                    | <b>2 EL</b> Olivenöl             |
| <b>1 EL</b> gepresster Zitronensaft | Salz                             |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 70 kcal

## Zubereitung

1. Backofen auf 250 Grad vorheizen (auch schon jetzt einschalten: Umluft 230 Grad). Aubergine waschen, putzen und mit dem Messer mehrmals einstechen. Auf dem Blech im Ofen (Mitte) etwa 30 Minuten backen, bis sie schön weich ist.
2. Inzwischen Chilischote waschen und entstielen, Knoblauch schälen. Petersilie abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Chili, Knoblauch und Petersilie sehr fein hacken. Die Tomaten waschen und sehr klein würfeln, dabei die Stielansätze entfernen.
3. Die Aubergine längs halbieren, Fruchtfleisch mit einem Löffel von der Schale abschaben und fein hacken. Mit Tomaten, Chilimischung, dem Öl und dem Zitronensaft verrühren und mit Salz abschmecken.