

Rezept

Gebackene Aubergine mit Tahin-Dip und Croûtons

Ein Rezept von Gebackene Aubergine mit Tahin-Dip und Croûtons, am 20.04.2024

Zutaten

Für die Auberginen

7 EL Olivenöl	2 längliche, schmale Auberginen
½ TL Piment d'Espelette	½ TL Ras-el-Hanout
Salz	4 Stängel Minze

Für den Dip

½ Bio-Orange	2 1/2 EL Tahin (Sesampaste)
3 EL Pflanzensahne Soja cuisine)	1 TL Agavendicksaft
1 Knoblauchzehe (nach Belieben)	Salz
1 Prise gemahlener Kreuzkümmel	1 Prise Piment d'Espelette

Für die Croûtons

2 EL Olivenöl	Salz
1 TL Ras-el-Hanout	1 kleines Fladenbrot

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 860 kcal, 62 g F, 15 g EW, 59 g KH

Zubereitung

- Den Backofen auf 200° vorheizen. Eine große Auflaufform mit 1 EL Öl auspinseln. Die Auberginen waschen, trocken tupfen und längs halbieren. Das Fruchtfleisch tief rautenförmig einschneiden. 6 EL Olivenöl mit Piment d'Espelette, Ras el Hanout und 1 TL Salz verrühren. Die Auberginen mit den Schnittflächen nach oben in die Form setzen und immer wieder mit dem Würzöl bestreichen, bis die Auberginen das Öl aufgesogen haben. Die Auberginen im heißen Ofen (Mitte) in insgesamt 30-35 Min. weich garen. Sie sollen dabei eine schöne Farbe annehmen. Inzwischen die Minze waschen und trocken schütteln. Die Blätter fein hacken.
- Für den Dip die Orange heiß waschen und abtrocknen. 1 TL Schale fein abreiben, den Saft auspressen. Tahin, 2 EL Orangensaft, Pflanzensahne und Dicksaft in einem Schälchen mit einem kleinen Schneebesen cremig verrühren. Falls der Dip zu sämig ist, noch etwas Orangensaft unterrühren. Knoblauch, falls verwendet, schälen und dazudrücken. Den Dip mit Salz, Kreuzkümmel, Piment d'Espelette und etwas Orangenschale abschmecken.
- Für die Croûtons Olivenöl, Salz und Ras el Hanout in eine Schüssel geben. Das Fladenbrot ca. 2 cm groß würfeln. Die Würfel in die Schüssel geben und einmal im Öl wenden, das Brot herausnehmen und beiseitelegen. Nach ca. 25 Min. Backzeit die Fladenbrotwürfel zu den Auberginen in den Ofen geben, noch 5-10 Min. mitbacken und knusprig werden lassen. Wenn die Auberginen weich sind, Gemüse aus dem Ofen nehmen, mit dem Tahin-Dip beträufeln, mit der Minze bestreuen und in der Form servieren.