

Rezept

Gebratene Auberginen in Joghurt – türkische Meze

Ein Rezept von Gebratene Auberginen in Joghurt – türkische Meze, am 21.06.2026

Zutaten

700 g stichfester, säuerlicher Naturjoghurt
Salz
2 Knoblauchzehen

700 g kleine Auberginen
200 ml Olivenöl

Für die Tomatensauce

1 Schalotte
400 g passierte Tomaten (aus dem Tetrapak)
Pfeffer

1 EL Olivenöl
Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße 6 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 415 kcal

Zubereitung

- 1.** Für die Auberginen ein Sieb (am besten ein Spitzsieb) mit einer großen Kaffeefiltertüte auskleiden und den Joghurt darin ca. 30 Min. über einer Schüssel abtropfen lassen.

- 2.** Für die Tomatensauce die Schalotte schälen, würfeln und im Olivenöl glasig dünsten. Die Tomaten dazugeben und 10 Min. köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen, abkühlen lassen.

- 3.** Die Auberginen putzen, waschen und längs im Abstand von 1 cm dünne Streifen abschälen. Auberginen in ca. 2 cm dicke Stücke schneiden, mit 1 TL Salz mischen und 5 - 10 Min. in Wasser ziehen lassen. Ausdrücken und trocken tupfen.

- 4.** Olivenöl erhitzen und die Auberginen portionsweise darin goldbraun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

- 5.** Den Knoblauch schälen. Joghurt in eine Schüssel geben und den Knoblauch durch die Knoblauchpresse dazudrücken, untermischen und leicht salzen. Joghurt und Auberginen abwechselnd in eine Schale schichten. Die Tomatensauce daraufgeben.