

Rezept

Gebratenes Auberginengemüse

Ein Rezept von Gebratenes Auberginengemüse, am 30.09.2023

Zutaten

3	Stangen Staudensellerie	2	Zwiebeln
2	Knoblauchzehen	2	Auberginen (ca. 500 g)
400 g	Tomaten	10 EL	Olivenöl
	Salz		Pfeffer
2 EL	grüne Oliven		1/2 Bund Basilikum
	ca. 4 EL Rotweinessig		ca. 1 EL Zucker
2 EL	Kapern	1 EL	Pinienkerne

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4-6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 215 kcal

Zubereitung

1. Den Sellerie waschen, putzen und in feine Scheiben schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen, die Zwiebeln halbieren und in Streifen schneiden, den Knoblauch fein hacken. Die Auberginen waschen und in dünne Scheiben schneiden, diese achteln.
2. Die Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen, kurz darin ziehen lassen, kalt abschrecken und häuten. Dann in Würfel schneiden.
3. Das Olivenöl portionsweise in einem Topf erhitzen. Auberginen darin portionsweise kräftig anbraten und wieder herausnehmen. Zwiebeln und Knoblauch im übrigen Öl glasig dünsten. Auberginen, Sellerie und Tomaten dazugeben, salzen, pfeffern und zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa 5 Min. garen.
4. Inzwischen Oliven nach Belieben halbieren und – falls nötig – entsteinen. Basilikumblättchen abzupfen und mit Küchenpapier abreiben. Die Blättchen mit den Oliven, Essig, Zucker und Kapern zum Gemüse geben und etwa 15 Min. garen, bis alles schön sämig eingekocht ist.
5. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Das Gemüse nach Belieben abkühlen lassen und mit den Pinienkernen bestreut servieren.