

Rezept

Paprika-Auberginen-Salat

Ein Rezept von Paprika-Auberginen-Salat, am 29.09.2023

Zutaten

- | | |
|---|---|
| 3 rote Paprikaschoten | 1 große Aubergine |
| 4 EL Olivenöl | 2 Eiertomaten |
| 1 Knoblauchzehe | 1/2 EL Harissa |
| Salz | 1 Salzzitrone |
| 100 g entsteinte schwarze Oliven | je 2 EL gehackte Petersilie und Koriandergrün |
| 2 EL Zitronensaft | |

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 160 kcal

Zubereitung

1. Paprika und Aubergine waschen und putzen. Paprika in 3 cm große Stücke, Aubergine in 2 cm große Würfel schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und beides darin bei mittlerer Hitze ca. 15 Min. dünsten, ab und zu umrühren.
2. Inzwischen die Tomaten waschen und fein würfeln, dabei Stielansätze entfernen. Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Beides mit Harissa unter das Gemüse rühren, salzen und weitere 5-10 Min. dünsten, dann in eine Schüssel füllen.
3. Die Salzzitrone vierteln, das Innere entfernen, die Schale winzig klein würfeln. Oliven grob zerschneiden. Beides unter das Gemüse mischen. Abkühlen lassen. Kräuter und Zitronensaft unterrühren. Schmeckt lauwarm oder gut gekühlt.