

Rezept

Salattasche mit Auberginen

Ein Rezept von Salattasche mit Auberginen, am 16.02.2025

Zutaten

- | | |
|--|---|
| 1 Dose Kichererbsen (ca. 200 g Abtropfgewicht) | 2 EL frisch gepresster Zitronensaft |
| 2 EL Olivenöl | 1 Knoblauchzehe |
| 1/2 TL edelsüßes Paprikapulver | 1 Msp. gemahlener Kreuzkümmel |
| Salz | Pfeffer |
| 100 g helles Sesammus (Tahin; aus dem Bioladen) | 4 EL frisch gepresster Zitronensaft |
| 1 Knoblauchzehe | Salz |
| Pfeffer | 8 Salatblätter (z. B. Eichblattsalat oder Batavia) |
| 2 Tomaten | 1-2 EL gehackte Petersilie |
| 2 kleine Auberginen (ca. 500 g) | 4-6 EL Olivenöl |
| Salz | Pfeffer |
| 2-3 EL Kräuternessig | 4 kleine Fladenbrote (Pita) |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 565 kcal

Zubereitung

1. Für die marinierten Kichererbsen die Kichererbsen in ein Sieb abgießen, abspülen und abtropfen lassen. Dann in eine Schüssel geben, mit Zitronensaft und Olivenöl verrühren. Den Knoblauch schälen und dazupressen. Die Gewürze hinzufügen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Für die Sesamsauce das Sesammus mit Zitronensaft und 80 ml Wasser verrühren. Den Knoblauch schälen und dazupressen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und nach Belieben noch etwas Wasser unterrühren, um die Sauce gegebenenfalls noch etwas zu verflüssigen.
3. Salat waschen und trocken schleudern. Tomaten waschen, den Stielansatz entfernen und die Tomaten in Scheiben schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.
4. Die Auberginen waschen und längs in 12 Scheiben schneiden. Jeweils 1-2 EL Öl in die Pfanne geben und die Auberginenscheiben in 2-3 Portionen bei mittlerer Hitze von beiden Seiten hellbraun braten. Die Auberginenscheiben salzen, pfeffern und mit Essig beträufeln.
5. In die Fladenbrote eine Tasche schneiden. Innen mit Sesamsauce bestreichen. Die Brote mit Salat, Auberginen, Tomaten, Petersilie und Kichererbsen füllen und servieren.