

Rezept

Salbei-Auberginen

Ein Rezept von Salbei-Auberginen, am 14.04.2024

Zutaten

1 Aubergine (ca. 300 g)	Salz
6 Zweige Salbei	30 g Pinienkerne
40 g Manchego	4 EL Olivenöl
geräuchertes Paprikapulver	Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion**
Ca. 195 kcal, 18 g F, 4 g EW, 4 g KH

Zubereitung

1. Die Aubergine waschen und putzen, längs vierteln und dann quer in 3 mm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben auf einem Brett verteilen, mit etwas Salz bestreuen und ca. 20 Min. ruhen lassen.

2. Inzwischen den Salbei waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Die Pinienkerne in einer kleinen beschichteten Pfanne ohne Fett goldbraun rösten und wieder herausnehmen. Den Manchego mit einem Sparschäler in Späne hobeln.

3. Das Olivenöl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen. Den Salbei darin bei großer Hitze knusprig braten, mit einem Schaumlöffel herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Auberginen mit Küchenpapier trocken tupfen und in der Pfanne verteilen. Bei großer Hitze ca. 2 Min. braten, zwischendurch wenden. Mit Paprikapulver und Pfeffer würzen, in Schälchen umfüllen und mit Pinienkernen, Manchego-Spänen und Salbeiblättern toppen.