

Rezept

# Überbackene Auberginen und Tomaten

Ein Rezept von Überbackene Auberginen und Tomaten, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>2</b> kleine Auberginen	<b>3</b> Fleischtomaten
<b>1</b> Knoblauchzehe	<b>2 EL</b> Olivenöl
<b>2 EL</b> Gemüsebrühe	<b>1 Prise</b> Chiliflocken (getrocknete geschrotete Chilis)
Salz	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
<b>6 Zweige</b> Thymian	<b>20 g</b> Pinienkerne
<b>50 g</b> geriebener Pizzakäse	<b>200 g</b> fettarmer körniger Frischkäse (0,8 % Fett absolut)

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 384 kcal

## Zubereitung

1. Den Backofen auf 250° (Umluft 225°) vorheizen. Das Gemüse waschen und putzen. Die Auberginen längs in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Tomaten von den Stielansätzen befreien und quer in 1 cm dicke Scheiben schneiden.
2. Den Knoblauch schälen und mit einem Messer zerdrücken, mit Olivenöl, Brühe, Chiliflocken, Salz und Pfeffer verrühren. Den Thymian waschen, trocken tupfen, die Blättchen von den Stielen streifen.
3. Ein Backblech mit etwas gewürztem Öl bestreichen. Das Gemüse darauf ausbreiten und mit dem restlichen Öl einpinseln. Auf der obersten Schiene in den Ofen geben und bei starker Oberhitze 5 Min. backen.
4. Das Blech aus dem Ofen nehmen, das Gemüse wenden und weitere 5 Min. backen. Das Blech erneut aus dem Ofen nehmen. Thymianblättchen, Pinienkerne und den Pizzakäse darüberstreuen, alles noch 3-4 Min. überbacken, bis der Käse gut zerlaufen ist. Den Frischkäse würzen und dazuservieren.