

Rezept

Veganer Auberginen-Pastinaken-Aufstrich

Ein Rezept von Veganer Auberginen-Pastinaken-Aufstrich, am 22.07.2024

Zutaten

1 große Aubergine (ca. 350 g)	250 g Pastinaken
Salz Gewürze & Saucen	2 Stängel Estragon (ersatzweise 1 TL getrockneter Estragon)
1/2 Zitrone	2 EL neutrales Pflanzenöl zum Braten
2 TL Harissapaste (Bioladen)	1 TL Agavendicksaft (ersatzweise Ahorn- oder Reissirup)
Backpapier	1 Twist-off-Glas (ca. 300 ml Inhalt, sterilisiert)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 5 Portionen à 60 g | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 75 kcal

Zubereitung

1. Die Aubergine waschen und trocken tupfen, die Pastinaken schälen und waschen. Die Aubergine längs in 1 cm breite Scheiben, die Pastinaken quer in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und das Gemüse gleichmäßig darauf verteilen. Mit 1 gestrichenen TL Salz bestreuen und 5 Min. ziehen lassen. Den Backofen auf 250° vorheizen.
2. Den Estragon waschen, trocken schütteln und fein hacken. Die Zitrone auspressen und den Saft beiseitestellen. Die Aubergine mit Küchenpapier trocken tupfen. Das Gemüse mit dem Öl bestreichen und im Ofen (Mitte) 12 - 13 Min. backen, bis die Pastinaken an den Rändern leicht gebräunt sind.
3. Das Gemüse aus dem Ofen nehmen und mit Harissapaste, Zitronensaft und Agavendicksaft grob pürieren. Es sollte eine leicht stückige Paste entstehen. Den Estragon unterrühren und den Aufstrich mit 1/3 TL Salz abschmecken. Dann in das Glas füllen, verschließen und im Kühlschrank aufbewahren.