

Rezept

# Warmer Salat aus Auberginen, Tomaten und Pinienkernen

Ein Rezept von Warmer Salat aus Auberginen, Tomaten und Pinienkernen, am 20.04.2024

## Zutaten

8	Mini-Thai-Auberginen (ersatzweise 4 große)	50 g	Pinienkerne
ca. 8 EL	Olivenöl	200 g	Kirschtomaten
2 EL	Weißweinessig		Salz
	Pfeffer	2 Handvoll	Rucola

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 315 kcal, 28 g F, 5 g EW, 9 g KH

## Zubereitung

1. Die Auberginen putzen, waschen und der Länge nach in ca. 4 mm dünne Scheiben schneiden. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl goldbraun rösten und beiseitestellen.

---

2. In einer Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen und die Auberginenscheiben darin portionsweise bei mittlerer Hitze pro Seite in 5-7 Min. weich braten (je nach Pfannengröße den Vorgang mit weiterem Öl mehrmals wiederholen). Gebratene Auberginenscheiben beiseitestellen.

---

3. Die Kirschtomaten waschen, abtrocknen und halbieren. 2 EL Olivenöl in der Pfanne von den Auberginen erhitzen und die Tomatenhälften darin ca. 3 Min. braten.

---

4. In einer kleinen Schüssel das restliche Olivenöl (2 EL) mit dem Essig verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Rucola verlesen, waschen und trocken tupfen. Die Auberginenscheiben mit den Tomaten auf Tellern anrichten, mit dem Rucola sowie den Pinienkernen toppen und mit der Vinaigrette beträufeln.