

REZEPT DER WOCHE

KW 32 03.08. – 09.08.2026

Geröstete Auberginen mit Tahini (Für 4 Personen)



Das brauchen Sie:

2	Auberginen	(Art.Nr. 170)
3 EL	Olivenöl	(Art.Nr. 8044)
4 EL	Tahini	(Art.Nr. 7087)
150 g	griechischer Joghurt	(Art.Nr. 2150)
½	Zitrone (Saft)	(Art.Nr. 1760)
1	Knoblauchzehe	(Art.Nr. 410)
2-3 EL	Wasser	
3 EL	Granatapfelkerne	(Art.Nr. 1935)
2 EL	Sesam	(Art.Nr. 5086)
½ Bund	Petersilie glatt	(Art.Nr. 451)
	Salz und Pfeffer	

Und so geht's:

Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen.

Die Auberginen waschen, längs halbieren und die Schnittflächen rautenförmig einschneiden, ohne die Schale zu durchtrennen. Mit der Schnittfläche nach oben auf das Blech legen, mit 3 EL Olivenöl bestreichen, salzen und pfeffern. Im Ofen 35–40 Minuten rösten, bis das Fruchtfleisch weich und die Oberfläche goldbraun ist.

Inzwischen den Sesam in einer Pfanne ohne Öl goldbraun rösten und abkühlen lassen.

Für die Tahinisaucе Tahini, Joghurt, Zitronensaft und Knoblauch verrühren. Mit etwa 2 EL Wasser glattrühren, bei Bedarf mehr Wasser hinzufügen und mit Salz abschmecken.

Die Petersilie fein hacken.

Die gerösteten Auberginen mit Tahinisaucе beträufeln und mit Granatapfelkernen, geröstetem Sesam und Petersilie bestreuen. Mit etwas Olivenöl beträufeln und warm servieren.

Wir wünschen Ihnen gutes Gelingen!

DECKERSBIOKISTE

Am Bollgraben 11
76534 Baden-Baden

Telefon 07223 8062230
E-Mail info@deckersbiokiste.de