

Toettchen

Diät ist Mord an ungegessenen Knödel!
Wiglaf Droste



İmam bayıldı – Der Iman fiel in Ohnmacht

Zutaten für zwei Personen:

2 mittelgroße Auberginen
2 mittelgroße Zwiebeln, in dünne Streifen geschnitten
2 Fleischtomaten, gehäutet und klein gewürfelt
2 grüne Spitzpaprika, klein gewürfelt
2 Knoblauchzehen, fein gehackt
1-2 Tomaten, in Scheiben geschnitten (zum Garnieren)
1 Bund glatte Petersilie, fein gehackt
Natives Olivenöl Extra, ca. 125 ml
1 TL Zucker
Salz und gemahlener Pfeffer
eventl. etwas Thymian

Zubereitung:

Von den Auberginen der Länge nach 4-5 Streifen abschälen, so dass die Auberginen rundherum gestreift aussehen. In der Mitte teilen und mit Hilfe eines Löffels gleichmäßig aushöhlen. Ca. 30 Minuten in Salzwasser einlegen, damit sie nicht braun werden.

In der Zwischenzeit wird die Füllung vorbereitet. In etwas Olivenöl die Zwiebeln, den Knoblauch und die Spitzpaprika leicht anbraten bis sie glasig werden. Anschließend die Tomaten, Zucker, Salz, Pfeffer zugeben und etwa 10 Minuten bei schwacher Hitze mit halb geschlossenem Deckel schmoren lassen. Zum Schluss noch die Petersilie untermischen und abschmecken.

Die Auberginen aus dem Salzwasser nehmen, trocken tupfen und in der Pfanne mit etwas Olivenöl anbraten bis sie von allen Seiten gleichmäßig goldbraun werden. Auf Küchentrepp das überschüssige Öl abtropfen lassen.

Auberginenhälften in eine flache Ofenform geben und mit der Zwiebel-Tomaten-Mischung füllen. Mit einigen Tomatenscheiben garnieren und Olivenöl drüber geben.

In Backofen bei 150-180°C für ca. 45 Minuten garen.

Mit Bulgur servieren.