

Baba Ghanoush

www.fitdurchsleben.com

mit gebratenen Tomaten. . .

Zutaten für 5 Personen:

- 2 ST Auberginen, ca. 500g
- 3 EL Sesampaste, Tahin
- 3 EL Zitronensaft
- 2 ST Knoblauchzehen
- 2 EL Olivenöl, beste Qualität

Salz und Pfeffer, aus der Mühle

- ½ Bund Petersilie, glatte
- 2 EL Oliven, schwarze ohne Stein

Für die gebratenen Tomaten:

- Olivenöl, raffiniert
- 2 ST Fleischtomaten
- Salz, Pfeffer frisch

Herstellung:

1. Den Backofen auf 220 °C vorheizen, die Auberginen waschen und mit einem spitzen Messer ein paar Mal einstechen.
2. Die Auberginen so lange backen, bis sie ganz weich sind und die Haut fast schwarz ist, das dauert ungefähr 30 Minuten, aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen.
3. Die noch lauwarmen Auberginen halbieren und das weiche Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale lösen, das Fruchtfleisch zusammen mit der Sesampaste, dem Zitronensaft, geschälten Knoblauch und dem Olivenöl im Mixer fein mixen.
4. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Das Baba Ghanoush in die Mitte eines großen Anrichtetellers geben und mit abgezupften und fein gehackten Petersilienblättchen und den fein gehackten Oliven bestreuen.
6. Die Tomaten waschen in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden und in Olivenöl auf beiden Seiten braten, mit Salz und Pfeffer würzen und um Auberginencreme drapieren.
7. Mit Fladenbrot, mit Sesam und Schwarzkümmel bestreut, servieren.

TIPP:

Ich aber, röste mir frische Ciabatta-Scheiben in einer Pfanne (auf beiden Seiten ohne Öl) ab, einfach nur genial. . . ☺

