

Gefüllte Auberginenhälften



Rezept für 2 Portionen

Dauer: ca. 40 Minuten

Zutaten:

Zutat	Menge
Geriebener Parmesan	Etwas / nach Bedarf
Frisch gemahlener Pfeffer	1 Prise(n)
Faschiertes / Gehacktes / Hackfleisch gemischt	250 g
Vollmeersalz	1 Prise(n)
Olivenöl	2 Esslöffel
Auberginen / Melanzani	1 Stk.
Tomaten / Paradeiser	2 Stk.
Frischer Rosmarin	Etwas / nach Bedarf
Zwiebeln	1 Stk.

Zubereitung:

Auberginen waschen und der Länge nach durchschneiden.

Mit einem Löffel das Fleisch großzügig herausnehmen und fein schneiden. Die Auberginenhälften salzen und Wasser ziehen lassen.

Die Zwiebel schälen und fein hacken.

Die Tomaten waschen und in kleine Würfel schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin anrösten. Auberginenfleisch und Faschiertes zugeben und alles scharf anbraten. Würzen (Salz, Pfeffer, Rosmarin) und anschließend die Tomaten zugeben. Die Masse noch ca. 3 Minuten ziehen lassen und anschließend vom Herd nehmen.

Die Auberginen trocken tupfen und mit der Fleischmasse füllen. Mit Käse bestreuen und im vorgeheizten Backrohr ca. 30-40 min durchbraten.

Zu den Auberginen serviert man Reis und grünen Salat.

Gutes Gelingen wünscht



Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf www.koch-idee.at