

Hier und heute



Gefüllte Aubergine - Melanzane Ripiene

Unsere Köchin Monica Riboni kommt aus Italien und verrät Tricks, damit es auch bei uns wie in „Bella Italia“ schmeckt. Zum Beispiel mit gefüllter Aubergine „Melanzane Ripiene“. In diesem Gericht lassen sich wunderbar Kühlschranksreste verarbeiten.

Das Rezept

(von Monica Riboni für vier Personen)

Zutaten

- 4 mittelgroße, spitz zulaufende Auberginen
- 4 geschälte Tomaten vom Typ San Marzano
- 100 g Parmesankäse oder Pecorino Romano
- 2 Eier
- 150 g Scamorza- oder Mozzarella-Käse
- 30 g gekochter Schinken
- 1 kleine Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 EL frische Petersilie
- Salz nach Geschmack
- etwas Paniermehl
- Natives Olivenöl extra

Zubereitung

Die Auberginen mit einem Kartoffelschäler in Streifen schälen.

Wichtig: Die Aubergine nicht komplett schälen, sondern einen Streifen Schale entfernen, einen Streifen dranlassen und rundum so fortfahren.

Dann die Auberginen in einem Abstand von 1 cm zum Rand aushöhlen, um die Schale von der Füllung zu trennen. Auberginenfruchtfleisch in Würfel schneiden.

Die Auberginenwürfel und Schalen in Salzwasser einweichen, damit sie nicht dunkel werden.

In einer Pfanne drei Esslöffel Öl erhitzen, den gehackten oder ganzen Knoblauch und die zuvor abgetropften Auberginenwürfel hinzufügen. Die Hitze einige Minuten lang hochhalten (die Auberginen werden im Ofen weitergegart). Nach Geschmack salzen. Den Herd ausschalten. Die Eier, den Parmesankäse, den Scamorza-Käse und den Schinken hinzugeben. Mit Salz abschmecken. Eine Auflaufform einen Finger hoch mit Wasser füllen. Eine gehackte Knoblauchzehe, ein Esslöffel Salz und Petersilie, die gewürfelten Tomaten und eine feingehackte Zwiebel hineingeben.

Den Ofen auf 200 Grad vorheizen. Die ausgehöhlten Auberginen in die Auflaufform legen und mit der Auberginen-Ei-Käse-Mischung füllen. Mit Semmelbröseln und Öl bestreuen. 30 bis 40 Minuten backen, bis die Oberfläche knusprig ist.

Tipp: Für noch mehr Geschmack, können Sie noch Oliven und Kapern hinzufügen.