

## Türkisches Sommergemüse mit Joghurt und Sesam

**Zutaten für 4 bis 6 Personen**

750g Auberginen  
1 Gemüsezwiebel  
4 grüne Spitzpaprika  
2 Knoblauchzehen  
3 große Tomaten  
Schwarzer Sesam  
200g türkischer Joghurt mit 10 % Fett (oder saure Sahne mit 10 %)  
Olivenöl  
Salz, Pfeffer, grober Pulbiber (scharf)

**Zubereitung**

Die Auberginen in etwa zwei Mal zwei Zentimeter große Stücke schneiden, salzen und zwei Stunden ziehen lassen. Gelegentlich mal umrühren, damit sich das Salz besser verteilt. Geschälte Zwiebel in relativ grobe Schnitze zerschneiden, Knoblauch quer in Scheiben schneiden. Paprikaschoten längs halbieren, entkernen und quer in etwa drei Zentimeter lange Stücke schneiden. Tomaten in etwa sechs gleichmäßige Stücke zerteilen.

Die Auberginenwürfel in einer großen Pfanne in Olivenöl bei großer Hitze offen solange braten bis sie schön gebräunt sind, dann auf niedriger Hitze weiter fünf Minuten mit Deckel schmoren bis sie gerade anfangen weich zu werden. Aus der Pfanne nehmen, neues Olivenöl eingießen und Zwiebel, Paprika und Knoblauch zusammen ebenfalls kräftig anbraten bis zum Bräunen, dabei salzen und pfeffern. Auberginen dazu geben, alles zusammen fünf Minuten sanft schmoren, dann die Tomaten-Stücke dazu geben und noch einmal fünf Minuten schmoren.

Nun den Joghurt in großen Kleksen auf das Gemüse setzen, Deckel auflegen und finale fünf Minuten bei sehr niedriger Hitze stehen lassen. Nicht mehr rühren.

Zum Servieren das Gemüse mit großen Löffeln so auf die Teller verteilen, dass der Joghurt oben bleibt, mit Sesam bestreuen und Pulbiber getrennt dazu reichen.

Rezept und Autor: Helmut Gote

