

Auberginen Hackfleischfüllung Mediterrane Küche

mit
—

Zutaten:

2 große Auberginen, 1 große Zwiebel, 2 Frühlingszwiebeln, 3 Knoblauchzehen, 300 g gemischtes Hackfleisch, 500 g Tomaten, 100 g geriebener Emmentaler, 2 EL Olivenöl, Oregano, Thymian, frische Petersilie, Salz, Pfeffer, Muskat und Paprikapulver.

Zubereitung:

Auberginen halbieren und aushöhlen, innen kräftig salzen. Ca. 30 Minuten Wasser ziehen lassen. Das ausgehöhlte Fruchtfleisch würfeln. Zwiebeln und Knoblauch schälen und klein schneiden. Im Öl glasig dünsten, Hack zugeben und krümelig braten. Das Auberginenfleisch dazu geben und gut abwürzen. Ein Drittel der entkernten und gewürfelten Tomaten hinzufügen. Den Ofen auf 200° vorheizen (bei Umluft 180°). Die restlichen Tomaten mit Olivenöl in eine Auflaufform geben, salzen und pfeffern. Die Auberginen mit kaltem Wasser abbrausen trocken tupfen, in die Auflaufform setzen und mit Hackmasse füllen. Das Gemüse 20 Minuten schmoren lassen, im Anschluss mit Käse bestreuen und nochmals für 30 Minuten in den Ofen geben. Mit Petersilie und Frühlingszwiebeln servieren. Dazu passt sehr gut ein mediterranes Ciabatta-Brot.

Guten Appetit!