



Auberginen-Süßkartoffel-Ragout

mit getrockneten Aprikosen und Oliven



30-40min



3-4 Personen

Wer bei dem Wort „Ragout“ sofort an deftige Fleischstücke denkt, darf sich heute vegan überraschen lassen: Süßkartoffeln und Kichererbsen wärmen herrlich von innen, während Oliven und getrocknete Aprikosen kleine Geschmacksexplosionen erzeugen. Außerdem sorgen gebackene Auberginen und elegante Orangenfilets für ganz besondere Genussmomente, die von knusprigen Mandeln begleitet werden.

- 2 rote Zwiebeln
- 3 Süßkartoffeln
- 50g getrocknete Aprikosen ¹²
- 5 Tomaten
- 3 Becher Tajine-Paste
- 2 Päckchen
Gemüsebrühgewürz
- 2 Dosen Kichererbsen
- 2 Auberginen
- 1 unbehandelte Orange
- 1 Päckchen Spekulatiusgewürz
- 2 Packungen grüne Oliven
- 50g blanchierte Mandeln ¹⁵

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- großer Topf
- Sparschäler

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 790kcal, Fett 38.4g,
Kohlenhydrate 87.8g, Eiweiß 16.8g



Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in ca. 0,5cm breite Spalten schneiden. Die **Süßkartoffeln** schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden.



Die **Zwiebeln** und die **getrockneten Aprikosen** in einem großen Topf mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. braten, bis die **Zwiebeln** zu bräunen beginnen.



Inzwischen die **Tomaten** grob würfeln, dann mit der **½ der Tajine-Paste**, dem **Brühgewürz** und 1 Prise Salz in den Topf geben und ca. 2Min. mitbraten. Die **Süßkartoffeln** und die **Kichererbsen samt Flüssigkeit** dazugeben, aufkochen und anschließend bei mittlerer Hitze 15-20Min. köcheln lassen. Ggf. heißes Wasser hinzufügen, das **Gemüse** sollte stets bedeckt sein.



Die **Auberginen** in ca. 1cm große Würfel schneiden. Die **Orange** in 6 Spalten schneiden. Die **Auberginenwürfel** mit 4EL Olivenöl, dem **Spekulatiusgewürz** sowie je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech vermengen. **5 Orangenspalten** mit etwas Öl aus der Form einreiben, zwischen den **Auberginen** platzieren und alles 15-20Min. im Ofen backen.



Die **Oliven** und die **übrige Orangenspalte** halbieren, in das **Ragout** geben und mitköcheln. Mit mehr **Tajine-Paste**, Salz und Pfeffer abschmecken.



Die **Mandeln** grob hacken, ca. 5Min. vor Ende der Backzeit über die **Auberginen** streuen und mitbacken. **Einige Süßkartoffeln** mit einer Gabel grob zerdrücken, um das **Ragout** anzudicken. Mit Salz, Pfeffer und **Saft** aus den **gebackenen Orangenspalten** abschmecken. Das **Ragout** mit den **Auberginen** und **Mandeln** garnieren und die **Orangenspalten** dazu reichen.

Verzichte auf gedruckte Rezepte - ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. [📷](#) [📺](#) [📱](#) [#marleyspooning](#)