



Italienisches Auberginensandwich

mit Rucola-Birnen-Salat



30-40min



2 Personen

Für dieses Gericht haben wir uns von Caponata inspirieren lassen, einem sizilianischen, süß-säuerlichen Gemüsegericht. Aubergine und Zucchini landen erst im Ofen und dann im Brötchen, während der Salat mit Birnen und Rosinen süßliche Noten beisteuert. Oliven und Basilikum gehören zu Italien natürlich dazu, unser Marley Spoon-Pfiff ist aber der Aufstrich mit Harissapaste - nicht typisch sizilianisch, aber einfach köstlich!

- 25g Rosinen
- 1 Aubergine
- 1 Zucchini
- 1 Birne
- 50g Rucola
- 15g Pinienkerne
- 2 Baguettebrötchen ¹
- 1 Tomate
- 1 Pck. grüne Oliven
- 10g Basilikum
- 1 Pck. Harissa

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig ²

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Backrost
- Küchpinsel
- Sieb

Kochtipp

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 825kcal, Fett 42.2g,
Kohlenhydrate 94.1g, Eiweiß 17.5g



2. Gemüse backen

3. Salat zubereiten

4. Brötchen aufbacken

5. Zutaten vorbereiten

6. Brötchen belegen

Die **Brötchenhälften** nach Geschmack mit der **Harissapaste** bestreichen, dann mit dem **Gemüse**, den **Tomaten** und dem **Basilikum** nach Belieben belegen. Den **Rucola-Birnen-Salat** mit dem **Dressing** vermengen und zu den **Auberginensandwichs** servieren.