



Italienisches Auberginensandwich

mit Rucola-Birnen-Salat



30-40min



3-4 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!

Was du von uns bekommst

- 50g Rosinen
- 2 Auberginen
- 2 Zucchini
- 1 Birne
- 100g Rucola
- 15g Pinienkerne
- 4 Baguettebrötchen ¹
- 2 Tomaten
- 1 Pck. grüne Oliven
- 20g Basilikum
- 2 Pck. Harissa

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig ²

Küchenutensilien

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- Backrost
- Küchenpinsel
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Schwefeldioxid und Sulphite (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 794kcal, Fett 40.6g, Kohlenhydrate 90.6g, Eiweiß 17.3g



1. Gemüse schneiden

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Rosinen** mit warmem Wasser übergießen und einweichen lassen. Die **Auberginen** und die **Zucchini** quer in ca. 0,5cm dicke Scheiben schneiden.



2. Gemüse backen

Das **Gemüse** auf zwei mit Backpapier ausgelegten Backblechen mit 4EL Olivenöl und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen und gleichmäßig verteilen. Im Ofen in 18-22Min. goldbraun und gar backen, dabei einmal wenden und die Position der Bleche tauschen.



3. Salat zubereiten

Die **Birne** längs halbieren und in ca. 0,5cm dicke Scheiben schneiden, dabei das Kerngehäuse entfernen. Den **Rucola** in eine große Schüssel geben, dann je 1 kräftige Prise Salz und Pfeffer ca. 30Sek. einmassieren. Die **Rosinen** in ein Sieb abgießen und mit den **Pinienkernen** und den **Birnen** unter den **Salat** heben.



4. Brötchen aufbacken

Die **Brötchen** längs aufschneiden und die **Innenseiten** mit insgesamt 2EL Olivenöl bestreichen. Die **Brötchenhälften** 5-7Min. im Ofen aufbacken.



5. Zutaten vorbereiten

Die **Tomaten** in dünne Scheiben schneiden. Die **Oliven** in dünne Ringe schneiden. Die **Basilikumblätter** von den Stängeln zupfen. Die **Harissapaste** mit 2EL Wasser verrühren. 2EL Olivenöl mit 2EL Balsamicoessig sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer zu einem **Dressing** verrühren.



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.