



Auberginen-Parmigiana

dazu Salat mit geröstetem Brot



30-40min



3 Portionen

Ein köstlicher Gemüseaufbau aus der italienischen Küche wird heute serviert mit einem frischen Salat mit knusprigen Croûtons. Wenn die gegrillten Auberginen geschichtet mit leckerer Tomatensauce, Käse und Basilikum unter einer Knusperhaube im Ofen garen, wirst du erfüllt sein von Vorfreude – diese herrlichen, verheißungsvollen Düfte! Wir versprechen dir ein vegetarisches Mahl vom Feinsten!

Was du von uns bekommst

- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Mozzarella³
- 3 Stückchen Hartkäse^{1,3}
- 10g Basilikum
- 3 Auberginen
- 2 Baguettebrötchen²
- 600g passierte Tomaten
- 100g gemischter Salat

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen mit Grillfunktion
- 2 Backbleche
- Auflaufform
- mittelgroßer Topf
- Messbecher
- Küchenreibe
- Küchenpinsel

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

Kochtipp

Die übrige Brötchenhälfte z. B. im Airfryer aufbacken und zu einer Suppe servieren.

Allergene

Eier (1), Gluten (2), Milch (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 802kcal, Fett 48.3g, Kohlenhydrate 70.4g, Eiweiß 23.7g



1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen mit Grillfunktion oder Ober-/Unterhitze auf 250°C vorheizen. Die **Zwiebel** und den **Knoblauch** schälen, halbieren und fein würfeln. Den **Mozzarella** grob würfeln. Den **Hartkäse** fein reiben. Die **Basilikumblätter** abzupfen. Die **Auberginen** in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden. **1 Brötchen** in grobe Stücke zupfen, die **½ des übrigen Brötchens** fein zerkrümeln.



4. Auberginen schichten

Den Boden einer Auflaufform mit einer dünnen Schicht **Sauce** bedecken. Eine Lage **Auberginen** darauf verteilen und mit einer weiteren Schicht **Sauce** beträufeln. Mit dem **Basilikum**, der **½ des Mozzarellas** und der **½ des Hartkäses** bestreuen und mit den **restlichen Auberginen** bedecken.



2. Auberginen grillen

Die **Auberginen** auf zwei Backblechen verteilen und dünn mit Olivenöl bestreichen. Mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen und 5-8Min. im Ofen grillen, bis sie leicht bräunen. Die **Brötchenstücke** dazugeben und alles weitere 2-3Min. grillen, bis die **Croûtons** knusprig sind. Die Bleche aus dem Ofen nehmen und die Temperatur auf 220°C Ober-/Unterhitze umstellen.



5. Parmigiana backen

Die **restliche Sauce** auf den **Auberginen** verteilen, mit dem **restlichen Mozzarella** und **Hartkäse** sowie den **Brötchenkrumen** bestreuen und die **Parmigiana** 5-10Min. im Ofen backen, bis der **Käse** geschmolzen ist und die **Brötchenkrumen** goldbraun und knusprig sind.



3. Sauce kochen

Die **Zwiebeln** in einem mittelgroßen Topf mit 2EL Olivenöl und 1 Prise Salz bei mittlerer Hitze 2-3Min. glasig anschwitzen. Den **Knoblauch** dazugeben und ca. 30Sek. mitgaren. Mit den **passierten Tomaten** und 200ml Wasser ablöschen und 1 kräftige Prise Zucker unterrühren. Die **Sauce** einmal aufkochen und bei niedriger Hitze ca. 5Min. köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



6. Dressing anrühren

Aus 2EL Olivenöl, 1EL Essig sowie je 1 Prise Salz, Pfeffer und Zucker ein **Dressing** anrühren und mit dem **Salat** und den **Croûtons** vermengen. Die **Parmigiana** auf Teller verteilen, mit dem **Salat** anrichten und servieren.