



## Griechisches Auberginenragout mit Feta

dazu knusprige Vollkornpitas



ca. 30min



3-4 Personen

Dieses Gericht mussten wir einfach mit dir teilen, denn jedes Mal, wenn es zubereitet wird, fühlt man sich an weiße Strände mit klarem blauen Meer versetzt: Die griechische Leckerei, von der die Rede ist, nennt sich Strapatsada. Sie besteht aus lecker gebackener Aubergine in einem Ragout aus Tomaten und Eiern, die das Ganze besonders cremig machen. Dazu Feta, Basilikum und Oregano, und fertig ist das neue Lieblingsgericht!

## Was du von uns bekommst

- 2 Auberginen
- 3 Tomaten
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Packungen Vollkornpitabrot<sup>1</sup>
- 2 Dosen Kirschtomaten
- 15g frisches Basilikum & Oregano
- 4 Bio-Eier<sup>3</sup>
- 1 Packung Fetakäse<sup>7</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

## Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Backrost
- große Pfanne

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

## Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 646kcal, Fett 20.9g, Kohlenhydrate 82.2g, Eiweiß 29.3g



**1. Gemüse schneiden**

Den Backofen auf 210°C Umluft (230°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Auberginen** in kleine Würfel schneiden. Die **Tomaten** in grobe Stücke schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



**4. Kräuter schneiden**

Die **Basilikum**- und die **Oreganoblätter** abzupfen und grob schneiden.



**2. Auberginen backen**

Die **Auberginenwürfel** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1-2EL Olivenöl und je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen. Gleichmäßig verteilen und 20-25Min. im Ofen backen, bis die **Auberginen** goldbraun und durch sind. Nach der Hälfte der Zeit wenden. Das **Pitabrot** während der letzten 4-6Min. auf einem Rost über den **Auberginen** in den Ofen schieben und aufbacken.



**5. Ragout fertigstellen**

Die Pfanne mit der **Sauce** vom Herd nehmen. Die **Eier** verquirlen und in die **Sauce** rühren, dabei stetig langsam rühren. Die **Sauce** wieder auf den Herd stellen und 2-3Min. erwärmen, bis sie eine samtige Textur annimmt. Ca. **2/3 der Kräuter** unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



**3. Ragout ansetzen**

Den **Knoblauch** in einer großen Pfanne mit 2TL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 1Min. anbraten. Die **Tomatenstücke** und die **Kirschtomaten aus der Dose** mit 1TL Zucker unterrühren und die **Sauce** 8-10Min. eindicken lassen. Anschließend die **Tomaten** mit einem Kochlöffel zerdrücken und die **Sauce** auf niedriger Stufe warm halten.



**6. Anrichten und servieren**

Das **Ragout** auf tiefe Schalen oder Teller verteilen und die **Auberginen** darauf anrichten. Den **Feta** darüber zerkrümeln, mit den **restlichen Kräutern** garnieren und mit dem **Pitabrot** servieren.