



Libanesischer Brotsalat

mit Orangen und Baba Ghanoush



30-40min



2 Personen

Ein fruchtiger und aromatischer Salat, der keine Wünsche offenlässt: Saftige Orange, knackige Karotten, Zwiebeln, Tomaten und grüne Oliven treffen auf geröstete Kichererbsen, knuspriges Brot und einen cremigen Auberginen-Tahini-Dip mit Zitrone. Lasst es euch schmecken!

- 2 Auberginen
- 1 Packung Tortillas ¹
- 1 Dose Kichererbsen
- 1 Päckchen Harissa-Gewürzmischung
- 1 Karotte
- 1 rote Zwiebel
- 1 unbehandelte Orange
- 1 rote Peperoni
- 1 Packung grüne Oliven
- 2 Tomaten
- 1 Knoblauchzehe
- 1 unbehandelte Zitrone
- 25g Tahini ¹¹

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen mit Grillfunktion
- 2 Backbleche und Backpapier
- Knoblauchpresse
- Küchenreibe
- Zitronenpresse
- Sieb

Energie 875kcal, Fett 35.3g,
Kohlenhydrate 115.0g, Eiweiß 22.8g



2. Auberginen grillen

3. Tortillas rösten

4. Zutaten vorbereiten

5. Salat fertigstellen

6. Baba Ghanoush zubereiten

Den **Knoblauch** schälen und durch eine Knoblauchpresse drücken oder sehr fein würfeln. Die **Zitrone** halbieren und auspressen. Die **Auberginen**, das **Tahini**, die **1/2 des Zitronensaftes** und den **Knoblauch** mit einer Gabel zu einer **Creme** verrühren. Mit Salz und Pfeffer sowie dem **restlichen Zitronensaft** abschmecken. Den **Salat** mit der **Auberginencreme** garniert servieren.