



Toskanischer Brotsalat

mit Orange und Aubergine



20-30min



2 Personen

Der kann was, dieser Brotsalat. Mit knusprigem Mehrkornbrot, gerösteter Aubergine, fruchtig-süßer Orange und leckeren Tomaten ist er genau das Richtige an einem sommerlichen Abend. Frische Petersilie und Mandelblättchen dürfen als Verfeinerer ran. Ob allein zu zweit oder als Beilage zum Grillabend - mit diesem Salat macht ihr nichts falsch!

- 2 Auberginen
- 1 Knoblauchzehe
- 2 unbehandelte Orangen
- 250g Kirschtomaten
- 1 Tomate
- 10g Petersilie
- 1 rote Zwiebel
- 25g Mandelblättchen ¹⁵
- 1 Vollkornbaguettebrötchen ¹
- 1 Päckchen körniger Senf ¹⁰

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

- Backöfen
- Backblech und Backpapier
- Grillpfanne
- kleine Pfanne
- Zitronenpresse

Kochtipp

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 871kcal, Fett 55.5g,
Kohlenhydrate 80.0g, Eiweiß 14.4g



Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Auberginen** in ca. 2cm dicke Scheiben schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. **1 Orange** halbieren und **1 Hälfte** auspressen. Den **Orangensaft** mit dem **Knoblauch**, 3EL Olivenöl und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer verrühren und die **Auberginen** untermengen.



Das **Brötchen** in mundgerechte Stücke zupfen, auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1EL Olivenöl beträufeln, mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen und 5-6Min. im Ofen goldbraun und knusprig aufbacken.



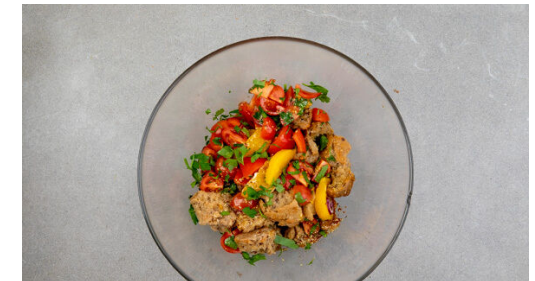
Die **Kirschtomaten** vierteln. Die **Tomate** in Spalten schneiden. Die **Petersilie samt Stängeln** grob hacken. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **übrigen Orangen** so schälen, dass auch die weiße Haut entfernt wird, dann das **Fruchtfleisch** in grobe Stücke schneiden.



Ca. **2/3 des Senfs** mit 2EL Olivenöl, 1-2EL (hellem) Essig und 1/2TL Zucker verrühren und das **Dressing** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Die **Auberginen** in einer Grillpfanne oder einer normalen Pfanne unter regelmäßigem Wenden 8-10Min. braten, bis die **Auberginen** gar und schön gebräunt sind. Mit Salz und Pfeffer würzen. Parallel die **Mandeln** in einer kleinen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 1-2Min. goldbraun anrösten. Anschließend grob hacken und beiseitestellen.



Die **Tomaten** und die **Orangenstücke** mit ca. **2/3 der Petersilie**, dem **Brot** und dem **Dressing** vermengen, dabei die **Tomaten** mit der Hand leicht zerdrücken, um etwas Saft auszupressen. Den **Salat** mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit den **Auberginen** auf Tellern anrichten. Mit den **Mandeln**, der **übrigen Petersilie** und den **Zwiebeln** garnieren und servieren.

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. [!\[\]\(166772600a13ad0a433053f90fe45649_img.jpg\)](#) [!\[\]\(98e7c6b0160281a12fbadc337ff6b6c3_img.jpg\)](#) [!\[\]\(1ba9b47b7fe5cef14198dd1f193307f3_img.jpg\)](#) **#marleyspooning**