

Toskanischer Brotsalat

mit Orange und Aubergine



20-30min



3-4 Personen

Der kann was, dieser Brotsalat. Mit knusprigem Mehrkornbrot, gerösteter Aubergine, sonnengereifter Orange und fruchtigen Tomaten bringt er Farbe und Frische ins öde Novembergrau. Petersilie und Mandelblättchen dürfen als Verfeinerer ran. Ob allein, zu zweit oder als Beilage zur Movienight - mit diesem Salat macht ihr nichts falsch!

- 3 Auberginen
- 1 Knoblauchzehe
- 2 unbehandelte Orangen
- 500g Kirschtomaten
- 2 Tomaten
- 20g Petersilie
- 1 rote Zwiebel
- 50g Mandelblättchen ¹⁵
- 2 Vollkornbaguettebrötchen ¹
- 1 Päckchen körniger Senf ¹⁰

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

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

Kochtipp

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 593kcal, Fett 32.3g,
Kohlenhydrate 62.9g, Eiweiß 12.3g



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**, 4EL Olivenöl und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer verrühren und die **Auberginen** untermengen.



Die **Brötchen** in mundgerechte Stücke zupfen, auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 2EL Olivenöl beträufeln, mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen und 5-6Min. im Ofen goldbraun und knusprig aufbacken.



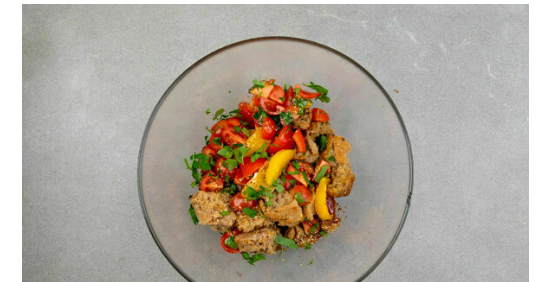
Die **Kirschtomaten** vierteln. Die **Tomaten** in Spalten schneiden. Die **Petersilie samt Stängeln** grob hacken. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **übrigen Orangen** so schälen, dass auch die weiße Haut entfernt wird, dann das **Fruchtfleisch** in grobe Stücke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



Den **Senf** mit 3EL Olivenöl, 2EL hellem Essig und 1TL 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 sie gar und schön gebräunt sind. Mit Salz und Pfeffer würzen. Parallel die **Mandelblättchen** in einer kleinen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 1-2Min. goldbraun anrösten. **Vorsicht**, sie können schnell zu dunkel werden. 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. #marleyspooning