

Zum Streichen und Dippen: würzige Auberginencreme

VORBEREITEN

5
Min.

ZUBEREITEN

60
Min.

NIVEAU



Zutaten für 2 Portionen

2 Auberginen
 4 Handvoll Meersalz
 2 Knoblauchzehen
 2 Zwiebeln
 4 Esslöffel Olivenöl
 2 Esslöffel geriebener Parmesan oder vegetarischer Hartkäse
 1 Teelöffel Zucker
 1 Esslöffel Zitronensaft
 Salz, Pfeffer
 2 Scheiben Brot
 1/2 Bund Petersilie
 1 Handvoll gehackte Walnüsse

Genug von Guacamole, Salsa, Hummus und Co? Dann gibt's hier die ultimative Alternative: würzige Auberginencreme mit Petersilie und Walnüssen sorgt für die nötige Abwechslung im Dipschälchen. Egal ob mit frischem Fladenbrot oder knusprigen Crackern - das Eintunken lohnt sich!

- 1 -

Backofen auf 190 °C vorheizen. Backblech mit Backpapier auslegen. Meersalz flächendeckend darauf verteilen.

- 2 -

Auberginen rundherum mit einer Gabel einstechen und längs halbieren. Mit Schnittfläche nach unten auf das Salz legen. 45 Minuten im Ofen backen, bis die Aubergine weich ist.

- 3 -

Zwiebeln würfeln, Knoblauch hacken und in 1 Esslöffel Olivenöl dünsten.

- 4 -

Fruchtfleisch aus der Aubergine kratzen, mit Zwiebeln, Knoblauch und Parmesan vermengen. Restliches Öl zugeben und mit Stabmixer oder im Food Processor pürieren. Mit Zucker, Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen.

- 5 -

Petersilie hacken und über die Creme streuen. Mit gehackten Walnüssen und Brot servieren.