

Weit mehr als Gemüse: 7 bunt gefüllte Auberginen



Mediterranes Flair kommt allein schon beim Betrachten der Bilder dieser 7 bunt gefüllten Auberginen auf. Sie erinnern an den letzten Griechenlandurlaub oder an ein Abendessen an der Strandpromenade Italiens. Kurzum: Mit diesen Rezepten zauberst du dir einen Hauch Urlaub auf deinen Teller.

Fülle deine Aubergine nach Herzenslust mit allerlei herzhaften Leckereien - deiner Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Nach einem Zwischenstopp im Ofen wartet ein wahrer Gaumenschmaus auf dich! Die zu Unrecht oftmals als fad betitelte Aubergine zeigt in diesen Gerichten, was sie wirklich kann und hebt ihren einzigartigen Geschmack durch köstlich herzhaft gefüllten Füllungen hervor.

Leicht und Low Carb: Gefüllte Aubergine Caprese

Auf diesem Teller lacht die Sonne! Statt der beliebten italienischen Pizza gibt es heute Aubergine Caprese. Das ist nicht nur ebenso lecker, sondern spart auch noch Kohlenhydrate. [Zum Rezept](#)



[Leicht und Low Carb: Gefüllte Aubergine Caprese](#)

Gefüllte Aubergine griechischer Art

Dieses Rezept lässt dich vom nächsten Griechenlandurlaub träumen. Die Füllung aus Hackfleisch und Oliven getopt von Feta und Tzatziki lässt Mittelmeerherzen höher schlagen. [Zum Rezept](#)



[Gefüllte Aubergine griechischer Art](#)

Gefüllte Aubergine türkischer Art

Auch türkisch gefüllt schmecken deine Auberginen unglaublich lecker! Die würzige Tomaten-Hackfleisch-Füllung mit grüner Paprika lädt zum Schlemmen ein. [Zum Rezept](#)

Weit mehr als Gemüse: 7 bunt gefüllte Auberginen



Gefüllte Aubergine türkischer Art

Gefüllte Aubergine – Lasagne Style

Warum nicht Gemüse und Pasta kombinieren? Schichte deine Lasagne in der Aubergine statt direkt in der Auflaufform und genieß sie in einem saftigen Gemüsebett. [Zum Rezept](#)



Gefüllte Aubergine – Lasagne Style

Vegan gefüllte Aubergine mit Kichererbsen und Tahini

Statt deftiger Fleischfüllung sorgen in diesem Gericht Couscous, Kirschtomaten und Kichererbsen für kulinarische Freude auf deinem Teller. Ein nussiges Tahini-Dressing verspricht extra Frische. [Zum Rezept](#)



Vegan gefüllte Aubergine mit Kichererbsen und Tahini

Gebackene Auberginen mit frischen Feigen und Porree

Du magst es exotisch? Dann verpass deinen Auberginen doch einmal eine vegetarische Füllung aus frischen Feigen, Porree, Tomaten und Mozzarella. [Zum Rezept](#)



Gebackene Auberginen mit frischen Feigen und Porree

Gebackene Auberginen mit Linsen und Feta

Mmmh ... wie das duftet! Nach gefüllten Auberginen mit aromatischen Linsen, fruchtigen Kirschtomaten, zartem Babyspinat getoppt von Schafskäse. [Zum Rezept](#)

Weit mehr als Gemüse: 7 bunt gefüllte Auberginen



Gebackene Auberginen mit Linsen und Feta