

Glasierte Honig-Aubergine mit Joghurt-Dip

VORBEREITEN

15
Min.

ZUBEREITEN

10
Min.

NIVEAU



einer orientalischen Schlemmerei, die selbst Auberginen-Skeptiker beim ersten Bissen überzeugt. Am besten schmecken sie mit einem Klecks erfischendem Joghurt-Ziegenkäse-Dip ... mmhh.

- 1 -

Aubergine waschen, Enden abschneiden und in fingerdicke Scheiben schneiden. In ein Sieb legen, großzügig mit Salz bestreuen und 10 Minuten entwässern.

- 2 -

Für den Dip alle Zutaten miteinander vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.

- 3 -

Auberginenscheiben mit Küchenpapier trocken tupfen. Die Hälfte des Olivenöls in einer Pfanne erhitzen und Auberginenscheiben pro Seite 3-4 Minuten anbraten. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.

- 4 -

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Ingwer schälen und reiben. Alles mit restlichem Öl in der selben Pfanne ca. 1 Minute anbraten. Gewürze hinzugeben und 1 Minuten mit anschwitzen.

- 5 -

Auberginen zurück in die Pfanne geben und alles mit Honig, Zitronensaft und Petersilie vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Joghurt-Dip servieren.

Zutaten für 2 Portionen

1 große Aubergine
4 Esslöffel Olivenöl
3 Esslöffel Honig
2 Esslöffel Zitronensaft
1 Knoblauchzehe
1 Zwiebel
1 kleines Stück Ingwer
1/4 Teelöffel Kreuzkümmel
1 Prise(n) Zimt
1/2 Teelöffel Harissa
4 Esslöffel Petersilie
Salz, Pfeffer

Für den Dip

150 g griechischer Joghurt
50 g Ziegenfrischkäse
2 Esslöffel Zitronensaft
1 Teelöffel Weißweinessig
1 Teelöffel Honig
Salz, Pfeffer

Nicht so der Auberginen-Fan? Dann musst du diese trotzdem unbedingt probieren! In der Pfanne wird das schicke Gemüse mit würzig-süßer Honig-Marinade zu