

Vergiss den Döner, heute gibt's vegetarische Pitas mit Auberginen

VORBEREITEN

40
Min.

ZUBEREITEN

15
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

Für die Auberginenwürfel

2 Auberginen
3 Esslöffel Olivenöl
2 Esslöffel Za'atar (marokkanische Gewürzmischung)
1 Teelöffel Oregano
Salz, Pfeffer

Für die Pitas

2 Tomaten
1 rote Zwiebel
1/2 Salatgurke
1/2 Bund Petersilie
4 Pita-Brote
2 Esslöffel Rotweinessig
Salz, Pfeffer

Für den Hummus

200 g Hummus
1 Zitrone (ausgepresster Saft)
2 Knoblauchzehen
1 Teelöffel Dill

Auberginen geben einen Eins-a-Dönerersatz ab - ganz ohne Fleisch, aber ebenso würzig. Knusprige Pita-Taschen mit frischem Salat befüllen, Auberginen und Hummus zum Dippen dazu und der Döner mit Fleisch ist fast schon vergessen.

Am besten schmeckt die Pita-Tasche wenn du deinen Hummus selber machst.

- 1 -

Auberginen waschen, würfeln und salzen. In ein Sieb geben und 30 Minuten Wasser ziehen und abtropfen lassen.

- 2 -

Ofen auf 200 °C vorheizen. Backblech mit Backpapier auslegen.

- 3 -

Auberginenwürfel gründlich mit Küchenpapier trockentupfen. Mit Olivenöl, Za'atar, Oregano, Salz und Pfeffer vermengen. Auf Backblech verteilen und 30 Minuten im Ofen rösten.

- 4 -

Tomaten und Gurke waschen und mit Zwiebeln in feine Scheiben schneiden. Petersilie hacken und alles mit Essig vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

- 5 -

Pita-Brote zum Erwärmen 5 Minuten auf dem Rost mit in den Ofen legen.

- 6 -

Für den Dip Knoblauch pressen und mit Hummus,

Ein Döner ist super, keine Frage! Wer in Sachen Fleisch mal etwas kürzer treten möchte, muss auf den würzigen Fast-Food-Genuss aber nicht verzichten: gebackene

Vergiss den Döner, heute gibt's vegetarische Pitas mit Auberginen

Zitronensaft und Dill vermengen.

- 7 -

Pitataschen oben aufschneiden und mit Salat,
Auberginen-Gyros und Hummus füllen. Mit Petersilie
garnieren.