

Auberginen-Bulgur-Röllchen mit Tomaten-Soße und Salat

Für zwei Personen

Für die Füllung:

200 g grober Bulgur	1 Zwiebel	150 g Schafskäse
300 ml Gemüsefond	2 EL Olivenöl	1 TL Zimt
Salz	Pfeffer	

Für die Sauce:

2 Tomaten	1 rote Chilischote	4 Knoblauchzehen
500 g Tomaten	4 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Röllchen:

2 Auberginen	50 g Feta	Olivenöl
--------------	-----------	----------

Für den Salat:

2 Tomaten	1 Kopf Romanasalat	1 kleine Gurke
4 Radieschen	1 grüne Paprika	1 rote Chilischote
2 Zitronen	100 ml Olivenöl	2 Zweige Thymian
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

1 Bund Minze

Für die Füllung:

Den Backofen auf 230 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Zwiebel abziehen, in kleine Würfel schneiden und in Öl andünsten. Bulgur waschen und zu der Zwiebel geben. Mit Zimt, Salz und Pfeffer abschmecken, Fond hinzugeben, aufkochen und anschließend 10 Minuten bei niedriger Stufe köcheln lassen. Schafskäse klein schneiden.

Sobald der Bulgur gar ist, den Schafskäse unterheben.

Für die Sauce:

Tomaten waschen, trockentupfen und klein schneiden. Tomaten zusammen mit Dosentomaten in einen Topf geben und aufkochen lassen.

Knoblauch abziehen und klein hacken. Chilischote der Länge nach halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und hacken.

Knoblauch und Chili zu den Tomaten geben, dann alles mit Olivenöl ablöschen und köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Röllchen:

Aubergine waschen, trockentupfen und in Scheiben schneiden. Scheiben salzen und das ausgetretene Wasser mit einem Küchentuch abtupfen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Auberginenscheiben von beiden Seiten darin anbraten. Aus der Pfanne nehmen und auf der Arbeitsfläche auslegen. Jeweils einen Esslöffel der Bulgurfüllung mittig auf die Auberginenscheibe geben und fest zusammenrollen. Vorgang für alle Auberginenscheiben wiederholen. Dann die Röllchen in eine Auflaufform geben und mit der Sauce übergießen. Feta über die Röllchen bröseln.

Auflaufform in den vorgeheizten Ofen schieben und alles für ca. 5-10 Minuten überbacken.

Für den Salat:

Tomaten klein schneiden. Gurke schälen und klein schneiden.

Radieschen klein schneiden. Paprika halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und klein schneiden. Zitrone halbieren und auspressen.

Chili halbieren, entkernen und klein schneiden. Romana abbrausen, trockenwedeln und Blätter zupfen. Thymian und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Tomaten, Gurke,

Paprika und Radieschen mit Salz, Olivenöl, Zitronensaft und Thymian abschmecken und auf einem Romana-Salatblatt servieren und anschließend zu den Auberginenröllchen reichen.

Für die Garnitur:

Minze abbrausen, trockenwedeln und Blättchen abzupfen. Gericht damit garnieren. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Manar Bdeiwi am 10. August 2020