

Parmigiana di melanzane, Fenchel-Salat

Für zwei Personen

Für die Parmigiana:

1 Aubergine	1 weiße Zwiebel	2 Knoblauchzehen
300 g Tomatenfruchtfleisch	300 g passierte Tomaten	70 g Parmesan
200 g Mozzarella	1 Bund Basilikum	$\frac{1}{2}$ TL getrock. Chiliflocken
2 EL Weißweinessig	Mehl	Olivenöl
Erdnussöl	1 Prise Zucker	Salz, Pfeffer

Für den Salat:

$\frac{1}{2}$ Radicchio	$\frac{1}{2}$ Fenchel	50 g rote kernlose Trauben
50 g Brunnenkresse	$\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie	30 g Walnüsse
1 TL Rosinen		

Für das Dressing:

10 ml Apfelessig	$\frac{1}{2}$ TL Ahornsirup	$\frac{1}{2}$ TL Dijon Senf
1 EL Olivenöl	1 TL geröstetes Walnussöl	Salz, Pfeffer

Für die Parmigiana di melanzane:

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Aubergine waschen, in 3 mm dünne Scheiben schneiden mit Salz einreiben und zur Seite stellen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. In einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen. Mit Zucker und Chiliflocken würzen. Weißweinessig, Tomatenstücke und passierte Tomaten hinzugeben. Basilikum abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und fein hacken. Eine kleine Menge zur Sauce geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nach ca. 10 Minuten Auberginenscheiben mit kaltem Wasser abwaschen und abtrocknen. Auberginenscheiben mehlieren und von beiden Seiten kurz in einer Pfanne mit Erdnussöl anbraten. Auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Sauce erneut abschmecken. Parmesan reiben. Mozzarella in Scheiben schneiden. Eine Schicht Sauce in einer Auflaufform verteilen. Darauf angebratene Auberginenscheiben verteilen. Parmesan, Mozzarella und Basilikum darauf schichten. Erneut Sauce darauf geben. Schichtvorgang 4-5 mal wiederholen. Letzte Schicht endet mit Sauce, Basilikum und Parmesan.

Für etwa 20 Minuten in den vorgeheizten Ofen geben.

Für den Salat:

Walnüsse auf ein Blech geben und für 10 Minuten in den Ofen geben.

Radicchio waschen und fein schneiden. Fenchel waschen und in dünne Scheiben schneiden. Brunnenkresse abbrausen und trockenwedeln.

Radicchio, Fenchel und Brunnenkresse vermengen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden. Trauben von Rispen trennen, waschen und halbieren. Kurz vorm Servieren Trauben, Walnüsse und Rosinen zum Salat geben.

Für das Dressing:

Apfelessig, Ahornsirup und Senf vermengen. Oliven- und Walnussöl langsam hinzugeben und rühren bis sich eine Emulsion ergibt. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Salat mit dem Dressing vermengen Parmigiana di Melanzane auf einem Teller anrichten.

Lisa Nocht am 13. Juli 2022