

# Geschmorte Auberginen mit Cranberry-Couscous

**Für 4 Personen**

**Auberginen:**

2 Auberginen	Salz	3 EL Olivenöl
3 Schalotten	1 Knoblauchzehe	1 TL Ras el-Hanout
200 g passierte Tomaten		

**Feta:**

100 g Feta	2 EL Olivenöl	$\frac{1}{2}$ TL Baharat (orient.)
1 TL gehackte Petersilie		

**Cranberry-Couscous:**

350 ml Gemüsefond	1 Msp. Kreuzkümmel	1 Msp. Koriander
1 Msp. Baharat	1 TL Salz	200 g Couscous
50 ml Olivenöl	Saft von $\frac{1}{2}$ Zitrone	50 g getrock. Cranberrys
1 Bd. Petersilie		

**Balsamico-Vinaigrette:**

100 ml Balsamicoessig	50 ml Wasser	50 g Zucker
3 TL Salz	300 ml Olivenöl	

**Spinatsalat:**

2 Handvoll Babyspinat	2 EL Balsamico-Vinaigrette
-----------------------	----------------------------

**Auberginen:** Die Auberginen vom Stiel- und Blütenansatz befreien.

Die Schale mit einem Sparschäler entfernen. Die Auberginen achteln, salzen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die gesalzenen Auberginen nach 20 Minuten trocken tupfen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Auberginen darin scharf anbraten. Die Schalotten abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Die Auberginen aus der Pfanne nehmen, die Temperatur reduzieren und die Schalotten in dem nicht zu heißen Öl schwenken. Den Knoblauch abziehen, blättrig schneiden und ebenfalls in die Pfanne geben, anschwitzen.

Beides mit Ras el-Hanout und Salz würzen, dann die Tomaten zufügen. Die Auberginen in eine ofenfeste Form legen, mit der Tomatensoße übergießen, mit Folie oder Deckel bedecken und so im Ofen 25 Minuten schmoren bis sie weich sind.

**Feta:** Den Feta etwas zerkleinern, mit den restlichen Zutaten vermengen und zum Marinieren beiseitestellen.

**Cranberry-Couscous:** Für den Couscous den Fond mit Gewürzen und Salz aufkochen. Den Couscous unterrühren und zugedeckt neben dem Herd 10 Minuten quellen lassen. Dann kurz etwas umrühren und weitere 10 Minuten quellen lassen. Den Couscous mit Olivenöl, Zitronensaft und Salz abschmecken. Zum Schluss die gehackten Cranberrys und die Petersilie zufügen.

**Spinatsalat:** Essig mit Wasser mischen und Zucker und Salz unter Rühren darin auflösen. Das Olivenöl dazugeben und nicht zu stark verrühren. Den Salat kurz vor dem Servieren mit der Vinaigrette marinieren.

**Tipp:** Da Sie nur einen Teil der Vinaigrette brauchen, können Sie die restliche gut in einem Glas im Kühlschrank für weitere Salate aufbewahren.

Couscous, geschmorte Auberginen samt Soße, Feta und Spinatsalat auf Tellern anrichten und gleich servieren.

Ali Güngörmüs am 23. Dezember 2020