

MELITZANOSSALATA CHORIATIKI = AUBERGINENPUREE nach BAUERNART

EINKAUFLISTE

- 3 kleinere Auberginen (ca 500g)
- 2 – 3 Knoblauchzehen
- 1 – 2 Zwiebeln (in sehr kleine Stückchen geschnitten)
- ½ kleine Pfefferschote (in sehr kleine Stückchen geschnitten)
- Je 1 Bund glatte Petersilie und Dill
- 1 – 2 Zitronen oder Weinessig
- 1 – 2 Esslöffel Kapern
- Getrocknete, in kleine Stücke geschnitten Tomaten (nach Belieben!)
- Olivenöl
- Salz und Pfeffer

FAKULTATIV

- Weitere Gewürze wie: Kardamonsamen, Lorbeerblätter, Nelken und Wachholderbeeren können beigefügt werden!

ARBEITSANLEITUNG

1. SCHRITT: Vorbereiten der Auberginen

Waschen, trocknen, Stielansätze entfernen, in ca 2 cm grosse Stückchen schneiden. In einer weiten Schüssel kaltes Wasser mit 1 Esslöffel Salz und wenig Zitronensaft mischen. Die Auberginenstückchen min. 10 Minuten darin einlegen. Anschliessend auf Küchenpapier gut abtropfen lassen.

2. SCHRITT: Zubereitung

In einer weiten Pfanne in Olivenöl zuerst die Zwiebeln, den Knoblauch und die Pfefferschoten-Stückchen andämpfen. Portionenweise die Auberginen, Dill, Petersilie und getrockneten Tomaten, sowie die fakultativ aufgeführten Gewürze beifügen. Mit dem Saft von min. 1 Zitrone ablöschen und bei nicht allzu grosser Hitze langsam dieses Gericht weichkochen (dauert ca 30 – 40 Minuten!). Am Ende der Kochzeit die Kapern (eventuell sogar Kapernblätter) dazugeben. Nachwürzen mit einer nochmaligen Zugabe von Zitronensaft oder Weinessig, sowie Salz und Pfeffer.

Lauwarm servieren!

Dazu „psomi“ (Brot) und einen Ouzo reichen!