

VEGETARISCH

Parmigiana di melanzane



160 Minuten / Leicht / Vegetarisch

Der italienische Gemüseauflauf schleicht hin. Eins der mitunter beliebtesten vegetarischen Gerichte, aus der neapolitanischen und sizilianischen Küche, ist die Parmigiana di melanzane. Das vegetarische Gegenstück zu der Lasagne alla bolognese. Üblicherweise isst man sie nicht heiß, sondern eher lauwarm, sodass sie meistens als zweiter Gang serviert wird. Sie benötigt in ihrer Zubereitung etwas Zeit und Geduld, aber dadurch ist das gemeinsame genießen umso schöner. Ein buntes und leckeres Gericht aus dem Ofen.

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

700 g Auberginen
250 g Büffelmozzarella
75g Parmesan (Parmigiano Reggiano) gerieben
700 g passierte Tomaten
Olivenöl extra vergine
Basilikum
Salz, Pfeffer
Meersalz
Sonnenblumenöl zum Frittieren

ZUBEREITUNG

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen. Die Zwiebel fein hacken und im Olivenöl anschwitzen lassen. Mit den passierten Tomaten ablöschen und mit Salz und Pfeffer nach Belieben würzen. Die Soße 40 min lang köcheln lassen und immer mal wieder umrühren. In der Zwischenzeit die Auberginen waschen und die Stiele entfernen. Als nächstes die Auberginen in 5 mm dicke Scheiben schneiden und in einem großen Sieb mit Meersalz bestreuen. Einen Teller auf die Auberginen platzieren und eine

Stunde ziehen lassen. So wird das bittere Wasser entzogen. Danach die Scheiben abwaschen und mit einem Küchenpapier trocken tupfen. In einer zweiten Pfanne Sonnenblumenöl erhitzen. Die Auberginenscheiben je nach Platz einzeln oder als paar in dem heißen Öl frittieren, bis sie eine leichte braune Farbe bekommen. Wenn sie fertig sind wieder auf einen Teller mit Küchenpapier legen und das restliche Öl abtropfen lassen. Die Büffelmozzarella in feine Würfel schneiden. Ist die Tomatensoße durch, etwas Basilikum fein hacken und hinzugeben. Danach in einer Auflaufform erstmal etwas Soße reingeben, darauf die frittierten Auberginenscheiben auf die ganze Fläche verteilen, mit Tomatensoße bedecken und mit einem Drittel des Parmesans bestreuen. Etwas Pfeffer drüberstreuen und danach noch etwa ein Drittel der Mozzarellawürfel verteilen. Die Schichten solange wiederholen, bis alles verbraucht wurde. Damit das Gericht mehr Stabilität bekommt, sollte man die Auberginen scheiben in der zweiten Schicht in die andere Richtung legen. Zum Schluss kommt das ganze für 40 Minuten bei 200°C Ober-/Unterhitze in den Ofen. Buon Appetito!

UNSERE PRODUKTEMPFEHLUNGEN

Mozzarella di Bufala DOP Campana 1x250g, Grana Padano gerieben 500g Beutel, Passata – passierte Tomaten 680 ml Flasche, Olivenöl Extra Vergine 100% Italiano

BUON APPETITO!

Weitere Rezepte auf waurig.com/rezepte

