

Gebratene Aubergine mit Hüttenkäse

Zutaten für die Aubergine (für 2 Personen):

- 2 (Größe L) Eier
- 100 g Sahne oder Soja-Sahne
- 100 g fein geriebener Parmesan
- 50 g Dinkelmehl Typ 630
- 25 g Buchweizenmehl
- Meersalz
- aus der Mühle: Schwarzer Pfeffer
- 200 g Auberginen
- 4 EL Erdnussöl

Eier verquirlen und mit Sahne und Parmesan gut verrühren. Das Mehl einrühren und mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

Auberginen waschen, in gleich große Scheiben schneiden und beidseitig leicht salzen. Durch die Eier-Sahne-Masse ziehen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Auberginen auf mittlerer Stufe von beiden Seiten 5-6 Minuten backen. Eventuell die Hitze reduzieren, damit die Auberginen nicht zu dunkel werden.

Zutaten für den Hüttenkäse:

- 150 g Hüttenkäse
- 50 g Frischkäse
- 1 EL Honig
- 0,2 TL Kräuter der Provence
- Meersalz
- aus der Mühle: Schwarzer Pfeffer

Alle Zutaten am besten mit einem Pürierstab cremig mixen.

Zutaten für die Fertigstellung:

- 1 kleiner Römersalat
- 20 g Heidelbeeren
- Olivenöl
- Salz

Den Salat putzen, waschen und vierteln. Mit etwas Olivenöl marinieren und mit Salz würzen. Die Heidelbeeren waschen.

Die Auberginen mit dem pikanten Hüttenkäse, den Heidelbeeren und dem Salat servieren.

Sendung/Quelle: Die Ernährungs-Docs

Sendetermin: 30.09.2024

Koch/Köchin:

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen