

Parmigiana di melanzane (Auberginen-Auflauf)

Zutaten (für 4 Personen):

- 6 mittelgroße Auberginen
- 2 Zehen Knoblauch
- 2 rote Zwiebeln
- 1 Chilischote
- Olivenöl
- 1 EL Tomatenmark
- 1 l passierte Tomaten
- etwas Ahornsirup
- 150 g Parmesan
- 4 Kugeln Mozzarella
- Salz
- Pfeffer
- 1 Bund Basilikum

Ofen auf 160 Grad vorheizen. Die Auberginen säubern und längs in dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben nacheinander in einer beschichteten Pfanne ohne Fett leicht braun rösten. Tipp: Geschälte Auberginen werden noch etwas zarter. Die gerösteten Auberginen in eine Schale legen, abkühlen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Zwiebeln und Knoblauch schälen und würfeln. Chili entkernen und in feine Streifen schneiden. Olivenöl in einer hohen Pfanne erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin anschwitzen. Tomatenmark hinzufügen und kurz anrösten. Dann die passierten Tomaten dazugeben. Mit Salz, Pfeffer, Chili und etwas Ahornsirup würzen. Bei mittlerer Hitze cremig einkochen lassen. Die Tomatensoße sollte kaum mehr Flüssigkeit enthalten. Parmesan reiben, Mozzarella in Scheiben schneiden.

Den Boden einer Auflaufform mit etwas Olivenöl bestreichen und 1 Schicht Auberginenscheiben darin auslegen. Darauf eine großzügige Portion Tomatensoße verteilen. Parmesan darüber streuen und einige Scheiben Mozzarella darauf verteilen. Auf diese Weise weitere Schichten herstellen, bis alle Zutaten aufgebraucht sind. Mit einer Schicht Tomaten, Mozzarella und Parmesan abschließen. Den Auflauf etwa 30-40 Minuten im Ofen garen.

Die Auflaufform aus dem Ofen nehmen und die Parmigiana etwas auskühlen lassen. Dann lässt sie sich besser schneiden.

Sendung/Quelle: Iss besser!

Sendetermin: 30.04.2023

Koch/Köchin: Tarik Rose

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