
Rezept aus der WAG Küche

Auberginen-Tartar mit Kichererbsen

Text Laura Peña Fotos Laura Peña

In dieser Ausgabe wird Laura Peña, Lernende im 3. Lehrjahr, ein von ihr entwickeltes Rezept präsentieren!

Viel Spass beim Nachkochen:



Zutaten:

1 Stk. Aubergine
wenig Olivenöl
20g Tomatenpüree
120g Kichererbsen
1 Stk. Schalotte
wenig Knoblauch
wenig Paprika
wenig Tabasco
wenig Salz
wenig Pfeffer
30g rote Zwiebeln
wenig frische Kräuter, Kresse
oder Sprossen zum Garnieren

Vorbereitung:

Aubergine waschen und mit Schale halbiert auf ein Backblech geben.

Die Auberginenhälften mit Olivenöl bestreichen und ca. 30 – 35min. bei 180°C im Ofen backen. Schalotten und Knoblauch fein hacken, rote Zwiebel in feine Ringe schneiden. Kichererbsen waschen und einweichen.

Zubereitung:

Kichererbsen abgiessen und gut abspülen. Anschliessend in Wasser weichkochen.

Abgekühlte Aubergine mit einem Löffel auskratzen und das Fleisch fein schneiden.

Gekochte Kichererbsen hacken und zu der Aubergine geben. Die Hälfte der Masse in den Cutter geben und mit Tomatenpüree, Knoblauch und den Gewürzen mixen.

Die zweite Hälfte anschliessend in einer Schüssel mit der gemixten Masse vermengen und abschmecken, dann kalt stellen.

Auberginentartar nochmals abschmecken und kühl anrichten.

Mit frischen Kräutern, Sprossen oder Kresse und den Zwiebelringen ausgarnieren.

Tipp: Mit knusprigem Toast und kalter Tomatensauce servieren.