

Mit Hackfleisch gefüllte Aubergine, Zucchini mit Basmati

Für zwei Personen

Für die gefüllte Aubergine:

1 Aubergine	1 Zucchini	150 g Rinderhackfleisch
$\frac{1}{2}$ rote Zwiebel	2 Tomaten	1 Knoblauchzehe
2 grüne milde Peperoni	3 EL türkisches Tomatenmark	300 ml Rapsöl
Oreganogewürz	Salz	Pfeffer

Für den Reis:

50 g Basmatireis	10 g Nudelreis	Butter, Rapsöl, Salz
$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie		

Für den Bauernsalat:

2 Tomaten	2 kleine Gurken	1 rote Zwiebel
1 grüne milde Peperoni	2 eingel., grüne Peperoni	2 schwarze Oliven
1 Zitrone, Saft	20 g Hirtenkäse	1 TL Essig
1 TL Rapsöl	1 TL Olivenöl	Salz, Pfeffer, Petersilie

Für die gefüllte Aubergine:

Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Aubergine im Zebramuster längs schälen, halbieren und in einer Pfanne mit heißem Öl frittieren und auf einem Küchentuch abtropfen lassen. In der Mitte andrücken, so dass eine kleine Vertiefung entsteht.

Zucchini waschen, im Zebramuster längs schälen, halbieren und aushöhlen. Zucchini ebenfalls in dem heißen Öl frittieren. Herausnehmen, abtropfen lassen.

Für die Füllung Zwiebel abziehen und würfeln. In einer Pfanne Öl erhitzen, Zwiebel und Hackfleisch anbraten. Knoblauch abziehen und fein würfeln, dann zur Hackfleisch-Masse geben. Eine Tomate würfeln, zum Fleisch dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Oreganogewürz abschmecken. Zucchini und Aubergine und in eine Auflaufform legen. Anschließend mit der Hackfleisch-Masse befüllen.

In einer Pfanne Butter erhitzen, Tomatenmark hinzugeben. Die Butter-Tomatenmark-Mischung über die gefüllte Zucchini und Aubergine in der Auflaufform verteilen. Die zweite Tomate in Scheiben schneiden, anschließend Zucchini und Aubergine mit Tomatenscheiben und Peperoni belegen. Ca 10-15. min. in den Ofen geben.

Für den Reis:

In einem Topf Wasser zum Kochen bringen.

In einem weiteren Topf Butter und Rapsöl erhitzen, den Nudelreis darin anbraten. Den Basmatireis waschen und zusammen mit etwas Salz zum Nudelreis geben. Kochendes Wasser hinzufügen und bei geschlossenem Deckel solange kochen lassen, bis der Reis das Wasser aufgenommen hat. Für den Fall, dass der Reis noch nicht gar sein sollte, einfach noch etwas Wasser hinzufügen. Petersilie hacken und Reis damit bestreuen.

Für den türkischen Bauernsalat:

Tomaten und Gurken waschen und würfeln. Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden. Peperoni waschen und klein schneiden. Zitrone auspressen. Aus Zitronensaft, Essig, Öl, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette herstellen. Gemüse und Dressing vermischen, mit Hirtenkäse, Oliven, gehackter Petersilie und eingelegter Peperoni garnieren.

Die gefüllten Aubergine und Zucchini zusammen mit dem Reis auf Tellern anrichten, Bauernsalat in einem Schälchen dazu reichen und servieren.

Özlem Aygün am 30. Januar 2017