



Melitzanosaláta – Auberginensalat

Rezept von Nadia-Alexia Challah

Zutaten (für vier Portionen):

Klassisch

3 mittlere Auberginen
1-2 Knoblauchzehen
3 EL Rotweinessig
2 Frühlingszwiebeln
1 Zitrone (Saft davon)
1 Bund Blattpetersilie
Natives Olivenöl Extra
Meersalz, Pfeffer

Varianten

2 Grillpaprika / oder 2 reife Tomaten
2 EL Tahini
2 EL griechischer Joghurt
4 EL Walnüsse geröstet & gehackt

Zubereitung:

Am besten schmeckt der Auberginensalat, wenn die Auberginen gegrillt werden. Dafür die Auberginen mit einer Gabel mehrfach einstechen und neben die Glut legen, dort wo die Kohlen nicht ganz heiß sind. Die Auberginen sollten circa 20 Minuten gegrillt werden, bis die Haut schwarz wird und die Auberginen an Volumen verlieren.

Wenn kein Grill vorhanden ist, können die Auberginen im Backofen gebacken werden. Dafür die Auberginen ebenfalls einstechen und auf 200 Grad für circa 30 Minuten auf dem Grillrost backen. Die letzten zehn Minuten der Backzeit den Ofen auf Grillfunktion stellen. Die Auberginen müssen - gegrillt oder auch gebacken - mehrfach gewendet werden.

Sind die Auberginen fertig gegrillt oder gebacken, vorsichtig der Länge nach aufschneiden, mit einem scharfkantigen Löffel das Fruchtfleisch auslöffeln und in einem Sieb abtropfen lassen, bis es abkühlt.

Anschließend kann das Fruchtfleisch grob gehackt oder fein püriert werden, je nach Geschmack. Eine gemörserte Knoblauchzehe, Rotweinessig, Zitronensaft und vier Esslöffel Olivenöl hinzufügen. Salzen und pfeffern, alles miteinander gut vermengen und ein wenig ziehen lassen.

Zum Schluss feingehackte Petersilie und Frühlingszwiebeln über den Dip streuen und noch einen Schuss Olivenöl darüber verteilen.

Nach Belieben noch in Stücke geschnittene Grillpaprika oder Tomaten sowie Tahini, griechischen Joghurt und Walnüsse zum Dip geben.