



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Müttevazi Lezzetler® Kochrezepte

Gesetzte Auberginen

Patlıcan Oturtma



4 große Auberginen
1 große Zwiebel
250 g Hackfleisch
2 mittel große Tomaten
1 EL Tomatenmark
1 KL Salz
1 TL Pfeffer
1 Teeglas Öl

Zwiebel klein hacken und in einen Topf mit 3 EL Öl geben.

Zwiebel rosarot dünsten, Hackfleisch dazugeben und in eigener Flüssigkeit köcheln lassen bis die Flüssigkeit verdampft ist, dann Tomatenmark, Pfeffer und Salz hinzugeben und weitere 5 Minuten köcheln lassen und schließlich vom Herd nehmen.

Auberginen streifenförmig schälen und jede Aubergine der breite nach in vier gleich große Teile zuschneiden.

Wie gefüllte Zucchini jedoch nicht so tief aushöhlen und in Salzwasser ½ Stunde stehen lassen.

Aus dem Salzwasser nehmen, auswaschen, abtropfen und trocknen.

Die Auberginen in einem Topf mit wenig Öl anbraten.

Die angebratenen Auberginen in einen weiten Topf einreihen. In die Aushöhlungen die vorbereitete Hackfleischmischung füllen und mit einer Tomatenscheibe abdecken.

In einen Topf zwei Gläser Wasser einfüllen und 25 Minuten auf mittlerer Hitze kochen. Warm servieren.

Tipp: Auf Wunsch können die gesetzten Auberginen auch im Backofen 20-25 Minuten bei 190 Grad zubereitet werden.