

Gebackene Auberginen in Granatapfel-Melasse-Soße

Auberginen gehören zu den Lieblingsgemüsesorten der Mittelmeerländer, daher haben wir ein Rezept für ein Gericht vorbereitet, das eure Geschmacksknospen verwöhnen wird. Probiert unser Rezept für gebackene Auberginen in Granatapfel-Melasse-Soße mit einem Couscous-Salat mit Rüben und Kräutern sowie Tahini-Soße aus.

ZUTATEN

2-3 Auberginen

3-4 Esslöffel Granatapfelmelasse von Jasmeen

2 Knoblauchzehen

2 Esslöffel Olivenöl

½ Teelöffel Salz

½ Teelöffel der 7 arabischen Gewürze von Jasmeen

5 Esslöffel Tahini von Jasmeen

Saft von ½ Zitrone

⅓-½ Tasse stilles Wasser

Salz nach Geschmack



Zubereitung:

Den Ofen auf 220 Grad vorheizen. Die Auberginen waschen, halbieren und rautenförmig einschneiden. Anschließend mit einer Mischung aus Granatapfelmelasse, gepresstem Knoblauch, Olivenöl, Salz und den 7 arabischen Gewürzen bestreichen. Die Auberginen etwa 30 Minuten lang backen.

In der Zwischenzeit den Salat zubereiten. Couscous mit leicht gesalzenem Wasser bis etwa 1 cm über dem Couscous bedecken. 1 Esslöffel Olivenöl hinzufügen, abdecken und 10 Minuten quellen lassen. Die Rote Bete und Zwiebel in kleine Würfel schneiden, Granatapfelkerne, gehackten Koriander, Olivenöl, Honig und Zitronensaft hinzufügen. Alles gut vermischen und nach Geschmack salzen.

Tahini mit Zitronensaft, Wasser und Salz nach Geschmack verrühren. Die gebackenen Auberginen großzügig mit der Soße übergießen und mit frischem Koriander und geröstetem Sesam bestreuen. Sofort zusammen mit dem Couscous-Rote-Bete-Salat servieren.