

Auberginenaufstrich

Zutaten:

- 1 Aubergine
- 1 Möhre
- 1 Zwiebel
- 2 mittelgroße Tomaten
- Öl zum Anbraten
- Salz
- Pfeffer
- Oregano, Thymian, Basilikum
- 1 Handvoll Sonnenblumenkerne
- Olivenöl

Zubereitung:

Gemüse waschen und würfeln.
Die Zwiebel und Möhre mit Öl andünsten,
dann die Aubergine dazu geben und gut anbraten (ca.15 Minuten). Falls notwendig noch etwas Öl oder Butter hinzufügen. Währenddessen die Kräuter putzen und fein hacken. Zum Bratgemüse hinzugeben und mit der klein geschnittenen Tomate ablöschen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gemüse mit den Sonnenblumenkernen und Olivenöl in ein hohes Gefäß geben und mit einem Pürierstab pürieren.
Wenn es noch nicht streichfähig genug ist kann noch etwas Öl hinzugegeben werden.

In kleine Gläser füllen. Der Aufstrich ist ca. 10 Tage im Kühlschrank haltbar. Die gefüllten Gläser können auch direkt eingefroren werden.



Obsthof Großmonra

Steffen Schneider | Kirchstr. 28 | 99625 Kölleda OT Großmonra
Telefon: 015755179088 | E-mail: info@obsthof-grossmonra.de