

UNSER



REZEPT

DER WOCHE

AUBERGINEN PFANNE

MIT KICHERERBSEN

	Zutaten	Zubereitung
1-2	Auberginen (je nach Größe)	Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Paprikaschoten und Auberginen ebenfalls würfeln.
2	Paprikaschoten rot	
400 g	Tomaten	Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Auberginen-, Paprika- und Zwiebelwürfel scharf anbraten. Ajvar, stückige Tomaten und Brühe hinzufügen und aufkochen lassen. Mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer würzen. Alles 10 Minuten köcheln lassen. Kichererbsen und die Hälfte der kleingeschnittenen Petersilie hinzufügen, kurz mitschmoren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
300 g	Kichererbsen (Dose), abgetropft	
2	Zwiebeln	
150 ml	Gemüsebrühe	
8 EL	Ajvar, mild	Auf Tellern mit Flöckchen aus Ziegenfrischkäse und der restlichen Petersilie anrichten.
4 EL	Olivenöl	
1 Bund	Petersilie	
		Dazu passt Couscous. Fertig.

HALLO@VIELFALTSGAERTNEREI-AUHOF.DE - WWW.VIELFALTSGAERTNEREI-AUHOF.DE