

Gefüllte Auberginen mit Tomatensoße

für 4 Personen

Menge	Zutaten	Zubereitung
4	Auberginen,	Die Auberginen waschen, den Stielansatz entfernen und halbieren. Mit einem Löffel die
200 g,	Beefsteakhack	Hälften so ausschaben, dass ein Rand Frucht-
200 g,	Vollreis	fleisch stehen bleibt und mit Salz austreuen.
	gekocht	Das Fruchtfleisch fein würfeln, 1 Zwiebel und
2,	Zwiebeln	den Knoblauch fein hacken, 1 El Öl erhitzen und
2,	Knoblauchzehen	die Zwiebel zusammen mit dem Knoblauch darin
4 El,	Semmelbrösel	andünsten. Das Hackfleisch dazugeben und
40 g,	Parmesankäse	anbraten, so dass es krümelig ist. Zum Schluss
	frisch gerieben	das Auberginenfruchtfleisch dazugeben, gut
100ml	Olivenöl,	vermischen und durchbraten bis alles zu bräunen
1 kg,	Tomaten	beginnt. Den gekochten Reis dazugeben und mit
1	Möhre,	Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.
100 g,	Sellerie	Basilikumblätter von den Stielen zupfen, grob
1 El,	Petersilie	hacken und ebenfalls unter die Fleischmasse
	1 gehackt kleine	geben. Die Auberginenhälften innen trocken tupfen
	Pfefferschote	und die Füllung hinein geben. Mit Semmelbröseln
	feingehackt,	und geriebenem Parmesan bestreuen und reichlich
	1 kleine	mit Olivenöl beträufeln. Eine feuerfeste Form
	Fenchelknolle,	fetten und die Auberginenhälften hineinsetzen. Im
1 Bund	Basilikum,	Backofen auf der zweiten Schiene von unten bei
1 TL	Oregano, Salz,	180 Grad 50 Minuten backen, eventuell gegen Ende
	Pfeffer.	der Garzeit mit Alufolie abdecken. In der
		Zwischenzeit für die Sauce die Tomaten überbrühen,
		häuten und würfeln. Die Zwiebel und die
		übrigen Gemüse in sehr kleine Stückchen
		schneiden. Die Gemüse und die Petersilie in 1 El Öl
		andünsten, die Tomatenwürfel zugeben, mit
		Oregano und der Pfefferschote würzen und alles bei
		geöffnetem Topf 20 Minuten kochen lassen. Die
		Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und
		getrennt zu den gebackenen Auberginen reichen.