Nah&Frisch

Nah&Frisch Professional

Gefüllte Melanzani

Hauptspeise Kalte Küche Vegetarisch



Zubereitung

Die Melanzani waschen, trockenreiben und streifig schälen, sodass jeder zweite Schalenstreifen daran bleibt. Vier Esslöffel Öl in einem Topf erhitzen. Melanzani darin zugedeckt langsam braten, bis sie weich sind – dabei mehrmals wenden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und hacken. Restliches Öl erhitzen, beides darin anbraten. Faschiertes dazugeben, mitraten und mit der Gabel in kleine Stücke zerteilen. Tomatenmark, Salz, Pfeffer und Suppe dazugeben und alles fünf Minuten dünsten lassen. Melanzani längs einschneiden, auseinander drücken, mit dem Ragout füllen und in den Topf zurücklegen. Eine Tasse Wasser zu den Melanzani gießen und weitere fünf Minuten dünsten lassen. Abschließend mit Pfeffer und Salz würzen.

Zutaten

- 4 mittelgroßen Melanzani
- 6 EL Olivenöl
- 50 g Speck, geräuchert
- 2 Zwiebeln
- 2 Zehen Knoblauch
- 250 g Rinderfaschiertes
- 4 EL Tomatenmark
- einige Cocktailtomaten
- 125 ml Suppe
- Salz
- Pfeffer