

Auberginen

mit Parmesankruste - aus dem Ofen

FÜR 4 PORTIONEN

- 1 große Aubergine
- 100-150 g Butter (je nach Größe der Aubergine)
- 100 g Semmelbrösel
- 50 g Parmesan
- 2 EL italienische Gewürze
- ½ TL Knoblauchgranulat
- Salz / Pfeffer

Außen knusprig, innen weich: Panierte Auberginen aus dem Backofen sind eine perfekte Beilage oder Vorspeise und schnell zubereitet.

Rezept:

1. Aubergine waschen, den Strunk abschneiden.
2. Anschließend in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.
3. Auberginenscheiben auf ein Backpapier oder auf ein Gitter (mit Abtropfschale) legen und von beiden Seiten salzen.
4. Ca. 20-30 Minuten ruhen lassen, so verliert die Aubergine etwas an Wasser (siehe Tipp)
5. Semmelbrösel, Knoblauch, italienische Gewürze und Pfeffer in eine Schüssel geben.
6. Parmesan reiben und hinzugeben. Alles miteinander gut vermengen.
7. Butter schmelzen.
8. Die Auberginenscheiben zuerst in die Butter tauchen und anschließend in der Parmesan-Panade wenden.
9. Panierte Auberginen nebeneinander auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und im Backofen bei 200°C (Ober-/Unterhitze) ca. 25-30 Minuten goldbraun knusprig backen.

Info/Tipp:

Reife Auberginen erkennst du, wenn sie prall sind. Die Oberfläche muss glatt sein und keine Risse oder Stellen haben. Wenn du die Oberfläche leicht drückst, sollte sie etwas nachgeben.

Übrigens: Salz entzieht Auberginen Wasser und zieht

Bitterstoffe aus der Aubergine.

Alternativ kannst du auch Zucchini oder Pilze panieren.
Anstatt Butter kannst du auch 2 Eier verquirlen und das
Gemüse darin wenden.