



## Gefüllte Auberginen mit Lammfleisch

Gefüllte Auberginen gibt es wohl im gesamten Mittelmeerraum. Mal so, mal so gewürzt. Kochbuchautor Claudio Del Principe mag sie besonders gerne mit gehacktem Lammfleisch, das nicht aufdringlich schmeckt, wie so viele glauben.

### Zutaten

- 600 g Lammfleisch von der Schulter oder Keule
- 1 Zwiebel, fein geschnitten
- Olivenöl extra vergine
- feines Meersalz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- Paprikapulver
- 400 g passierte Tomaten
- 2 grosse Auberginen, der Länge nach halbiert
- ca. 1 Bund flache Petersilie, fein gehackt

### Zubereitung

1. Das Fleisch entweder vom Metzger wolfen lassen oder selber mit einem sehr scharfen Küchenmesser fein schneiden, dann zusammen mit der Zwiebel in Olivenöl scharf anbraten, salzen, pfeffern und mit ordentlich Paprikapulver würzen. Die passierten Tomaten dazugeben, ebenso viel Wasser dazugießen und zugedeckt 2 Stunden leise simmern lassen.
2. Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Auberginen mit einem Gemüseausstecher aushöhlen (bis 1 cm vom Rand) und in eine Auflaufform setzen. Mit der Lammfleischsauce befüllen und im vorgeheizten Ofen 30–45 Minuten backen. Mit der gehackten Petersilie bestreuen.
3. Dazu passt am besten Bulgur Pilav. Das geht ganz einfach: pro Person zwei Handvoll Bulgurweizen in Olivenöl anschwitzen, mit heißer Brühe übergießen, 10 Minuten quellen lassen, mit einem grossen Stück Butter vermischen, fertig.

Und was passiert mit dem ausgekratzten Fruchtfleisch der Auberginen? Daraus gibt es Baba Ghanoush, ein cremiges Auberginenpüree mit Sesampaste, zur Vorspeise. Am besten Gemüsesticks darin dippen oder mit Fladenbrot geniessen.

Aus dem Buch: « all'orto. Grandiose Gemüsegerichte. Authentisch italienisch. Erfrischend zeitgemäss» AT Verlag

Quelle: <https://zeitlupe.ch/panorama/essen-trinken/>