



- Rezept der Woche -

Baba Ganoush

Zutaten für 2 bis 3 Personen

- 1 mittelgroße Aubergine
- 2 EL Olivenöl
- 1 kleine Knoblauchzehe
- 2 EL Tahin/Sesampaste
- 1/2 Zitrone mittelgroß
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel (Kumin)
- 1 EL geröstetes Sesamöl
- 1/2-1 TL Salz

Optional:

- Petersilie
- 3 EL Sesamkerne
- Optional eine Prise Chili-Flakes

Zubereitung

- Den Ofen auf Maximum vorheizen, Auberginen von allen Seiten mit einer Gabel einstechen und auf ein Backblech legen und bei 250 Grad Umluft für ca. 40-45 Minuten garen/grillen bis die Schalen runzelig/schwarz werden, nach ca. 20 Minuten die Aubergine umdrehen
- Backblech mit den Auberginen aus dem Ofen holen und für 10 Minuten abkühlen lassen, längs halbieren und das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale entnehmen. Am besten direkt in einen Mixbehälter geben (man kann auch ein Pürierstab verwenden)
- Knoblauch-Zehe schälen und zusammen mit dem Saft einer halben Zitrone, Tahin, Kreuzkümmel, Salz, Oliven- und Sesamöl in den Mixbehälter geben. Anschließend auf höchster Stufe für ca. 30 Sekunden pürieren
- Die Sesamkörner kurz in einer Pfanne ohne Öl anrösten, Achtung, das geht ziemlich schnell!
- Anschließend Petersilie waschen und die Blättchen für das Topping zupfen
- Das Baba Ganoush auf mehrere Teller oder einem großen Teller verteilen und mit Petersilie und Sesamkernen toppen. Abschließend noch mit einen Schuss Olivenöl garnieren. Wer es etwas schärfer mag, gibt noch ein paar Chili-Flakes darüber...
- Am besten schmeckt der Dip mit warmem Pita Brot

Guten Appetit!