

Monday, February 26. 2007

Syrisches Auberginenmus (Baba Ghanoush)

Mein Lieblingsrezept:

1 groÃe Aubergine
2 kleine Knoblauchzehen, gepresst
1/2 Packung Schafsmilchfeta oder ein paar LÃ¶ffel Naturjoghurt
1 TL Tahin (Sesampaste)
4-5 EL OlivenÃ¶l
2-3 EL Zitronensaft
1 TL KreuzkÃ¼mmel
Salz, Pfeffer, Paprika

Wer mÃ¶chte:

etwas Cayennepfeffer oder Chilipulver
etwas Petersilie (Kresse passt auch gut)
2 EL gehackte WalnÃsse

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Die Auberginen waschen, trockentupfen und mit einer Gabel mehrmals einstechen. Im Backofen so lange rÃ¶sten, bis die Haut Blasen wirft und das Fruchtfleisch weich ist.

Die Auberginen so abkÃ¼hlen lassen, daÃ man sie berÃhren kann, ohne sich zu verbrennen, dann den Stielansatz und die Haut entfernen. Das Fruchtfleisch klein schneiden, in eine Schale geben und mit einer Gabel zu einem Mus zerdrÃ¼cken.

Den KreuzkÃ¼mmel in einer Pfanne ohne Fett kurz anrÃ¶sten, bis er beginnt zu duften und dann in einem MÃ¶rser grob zerreiben.

Den Feta mit den HÃ¤nden kleinbrÃseln und unter das lauwarme AuberginenpÃ¼ree mischen. Er iÃst sich dann sogar noch ein wenig darin auf.

So viel OlivenÃ¶l in das Mus rÃhren, dass eine cremige Paste entsteht. Mit dem gepressten Knoblauch, Zitronensaft, Tahin, Salz, Pfeffer, Paprika, Chilipulver und KreuzkÃ¼mmel abschmecken.

Das Auberginenmus kann zimmerwarm oder gekÃ¼hlt serviert werden. Auf jeden Fall davor noch einmal gut durchrÃhren. Dann kann nach Belieben mit Petersilie, WalnÃssen, etwas gutem OlivenÃ¶l und/oder Paprikapulver garniert werden.

Posted by orange in dips+aufstriche, orientalisches, vegetarisch at 21:51