

Gebratene Auberginen mit Knoblauch-Joghurt



Zutaten (4 Personen):

- 2 Auberginen (á ca. 300g)
- Mehl (zum Wälzen)
- 100 ml Olivenöl
- 500 g Vollmilchjoghurt
- 3 Knoblauchzehen
- Salz & Pfeffer
- ggf. Minze (2 TL frisch gehackt)

Zubereitung:

Zuerst den Knoblauch-Joghurt herstellen. Hierzu die Knoblauchzehen schälen, in einer Knoblauchpresse zerdrücken und mit dem Joghurt verrühren. Die Creme salzen und pfeffern und nach Belieben Minze dazugeben.

Dann die Auberginen zubereiten. Hierfür in einer Pfanne das Olivenöl erhitzen.

Die Auberginen putzen, abtrocknen und in etwa 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.

Die Auberginenscheiben in Mehl wenden und direkt im heißen Olivenöl portionsweise braten, bis sie weicher sind und eine schöne Bräune angenommen haben.

Die fertig gebratenen Auberginenscheiben auf Küchenpapier abtropfen lassen. Wenn das Mehl in der Pfanne zu dunkel wird, Pfanne kurz reinigen und weitere Portionen mit neuem Öl braten. Die fertigen Auberginen auf einer Platte anrichten und etwas vom Knoblauch-Joghurt darüber träufeln. Die gebratenen Auberginen mit dem restlichen Knoblauch-Joghurt servieren.

Tipp:

Dazu passt frisches Ciabatta. Und wer das Gericht etwas anreichern will, würfelt ein Stück Schafskäse und streut diese um die Auberginenscheiben herum.

Nährwertangaben: 372 kcal p.P., 20g KH p.P.