Gefüllte Melanzani

Die gefüllten Melanzani sind ein traditionelles Rezept aus der türkischen Küche und heißt dort Imam Bayildi. Das Gericht ist auch für Veganer geeignet.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 30 min

Koch/Backzeit: 40 min

Gesamtzeit: 1,2 h



Zutaten

3 Stk.	Melanzani (mittelgroß)
4 Stk.	Zwiebel
4 Stk.	Knoblauch
6 Stk.	Tomaten (mittelgroß)
1 Prise	Gewürznelkenpulver
1 Prise	Muskatnuss
1 Prise	Zimt (gemahlen)
1 Stk.	Chili
3 EL	Pinienkerne
	Essig
	Koriandergrün
	Minze
	Zucker
	Olivenöl
	Salz und Pfeffer nach Belieben

Zubereitung

1. Für die gefüllten Melanzani einen großen Topf mit Salzwasser erhitzen und die Melanzani in dem kochenden Wasser kurz blanchieren. Herausnehmen und trockentupfen.

2. Ohne den Stiel zu entfernen, die Melanzani der Länge nach so schälen, dass im Abstand von ca. 1,5 cm ein Streifen geschält und einer nicht geschält ist. Dann die Melanzani längs

halbieren und das Fruchtfleisch mit einem kleinen Löffel herauslösen und in kleine Würfel schneiden.

3. Die Melanzani Hälften beiseite stellen. Den Backofen auf 200°C vorheizen. Tomaten waschen, am Stielansatz kreuzweise einschneiden und kurz in kochendes Wasser tauchen. Die Haut abziehen, entkernen und das Tomatenfleisch klein würfeln. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein hacken.

4. Olivenöl in einem Topf erhitzen und Zwiebeln und Knoblauch darin anschwitzen. Chilischote waschen und längs halbieren. Die Kerne entfernen, die Chili sehr fein hacken und unter die Zwiebeln rühren. Tomaten, Melanzani und Pinienkerne unterrühren.

5. Mit Muskatnuss, Zimt und Nelkenpulver würzen und mit Salz, Pfeffer, Zucker und einem Schuss Essig abschmecken. Alles auf kleiner Flamme ca. 10 Minuten dünsten lassen. Das Tomaten-Melanzani-Gemüse in die ausgehöhlten Melanzani Hälften füllen und mit Olivenöl beträufeln.

6. Eine große Auflaufform mit Öl einpinseln und die Melanzani hineinlegen. Im Ofen ca. 20-30 Minuten backen. Koriander und Minze waschen, trockentupfen und fein hacken. Melanzani herausnehmen, mit Koriander und Minze bestreuen und servieren.

Tipp

Das beliebte Gericht Imam Bayildi kann als Zwischenmahlzeit oder zusammen mit Bulghur als Hauptgericht serviert werden.