

Auberginen mit Chermoula, Bulgur & Joghurt

740

Typ: Gemüse

Quelle: Ottolenghi, Tamimi: Jetusalem, S. 59

Bemerkungen: Früher ernährte sich vor allem die Landbevölkerung von Bulgur, während die wohlhabenderen Städter Reis bevorzugten. Auch bei vielen Palästinensern gehörten die gedämpften, getrockneten und zu Grieß gemahlene Hartweizenkörner zu den Grundnahrungsmitteln. Heute erfreut sich Bulgur in allen Schichten wachsender Beliebtheit und wird besonders gerne für Salate und Mezze verwendet.

Chermoula ist eine nordafrikanische Würzpaste, mit der man Fisch, Fleisch und Gemüse aromatisiert. Die mit Chermoula gewürzten Auberginen werden hier noch mit kaltem Joghurt beträufelt. Zusammen mit dem süßlich-salzigen Bulgursalat wird daraus ein vegetarischer Festschmaus.

Zutaten:

- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 2 TL gemahlener Kreuzkümmel
- 2 TL gemahlener Koriander
- 1 TL Chiliflocken
- 1 TL Paprikapulver edelsüß
- 2 EL fein gehackte Schale von eingelegten Zitronen (siehe Seite 303)
- 140 ml Olivenöl, plus Olivenöl zum Beträufeln
- 2 mittelgroße Auberginen
- 50 g feiner Bulgur
- 25 g Sultaninen
- 10 g Koriandergrün, gehackt, plus Koriandergrün zum Bestreuen
- 10 g frische Minze, gehackt
- 6 grüne Oliven, entsteint und halbiert
- 1 EL Mandelblättchen, geröstet
- 2 Frühlingszwiebeln, gehackt
- 1½ EL Zitronensaft
- 120 g griechischer Joghurt
- Salz

Rezept: en Backofen auf 200 °C vorheizen.

Für die Chermoula in einer kleinen Schüssel Knoblauch, Kreuzkümmel, Koriander, Chili, Paprikapulver, die Schale der eingelegten Zitronen, zwei Drittel des Olivenöls sowie ½ Teelöffel Salz vermengen.

Die Auberginen der Länge nach halbieren und das Fruchtfleisch rau-tenförmig einschneiden. Dabei darauf achten, dass die Schale intakt bleibt. Die Hälften gleichmäßig mit Chermoula bestreichen, mit der Schnittfläche nach oben auf ein Backblech legen und 40 Minuten im Backofen garen.

Inzwischen den Bulgur in einer Schüssel mit 140mL kochendem Wasser (+ Salz) übergießen.

Die Sultaninen 10 Minuten in 50 mL warmem Wasser einweichen, anschließend abgießen und mit dem restlichen Öl zu dem Bulgur geben. Kräuter, Oliven, Mandelblättchen, Frühlingszwiebeln und Zitronensaft hinzufügen, mit 1 Prise Salz würzen und alles gut durchmischen. Den Salat danach noch einmal abschmecken.

Die Auberginenhälften auf vier Teller verteilen, den Bulgursalat darauf anrichten und mit dem Joghurt garnieren. Das gehackte Koriandergrün darüberstreuen, etwas Olivenöl aufträufeln und die Auberginen warm oder mit Zimmertemperatur servieren.