



## Melanzane alla Milanese

### Zutaten (für vier Portionen):

#### Sauce

1 Zwiebel  
2-3 Knoblauchzehen  
Abschnitte der Auberginen  
1-2 EL Tomatenmark  
2 Dosen stückige Tomaten  
2 Stiele Bohnenkraut  
2 Stiele Oregano  
2 Stiele Thymian  
2 Stiele Basilikum  
Zucker, Salz, Pfeffer

#### Aubergine

1-2 Auberginen  
2 Eier  
100 g Parmesan, gerieben  
40 g Mehl  
Paprikapulver, edelsüß  
Salz, Pfeffer

#### Sowie

Öl zum Braten  
400 g Spaghetti

### Zubereitung (circa 40 Minuten, ohne Gar- und Wartezeiten):

Den Strunk der Auberginen abtrennen und der Länge nach vier dicke Scheiben ausschneiden, die dabei anfallenden Abschnitte beiseitestellen. Die Scheiben von beiden Seiten salzen und stehenlassen, bis deutlich Zellwasser ausgetreten ist.

Für die Sauce die Zwiebel fein würfeln und in etwas Öl anschwitzen. Den Knoblauch in die Pfanne reiben, die Auberginenabschnitte würfeln und mitbraten. Tomatenmark hinzugeben, salzen und pfeffern. Den Ansatz mit stückigen Tomaten ablöschen, etwas Zucker hinzugeben. Bohnenkraut, Oregano und Thymian hinzugeben und die Sauce mindestens 15 Minuten köcheln lassen.

Die Eier in eine Schale schlagen, mit Paprikapulver und Pfeffer verquirlen und Parmesan hinzugeben. Zu einer homogenen Masse verrühren. Weizenmehl in eine zweite Schale geben. Die Auberginenscheiben trockentupfen und zunächst in Mehl wenden, dann in der Parmesanmischung. In einer beschichteten Pfanne mit ausreichend Öl knusprig von beiden Seiten ausbacken, dann auf Küchenpapier entfetten und salzen.

Zwischenzeitlich die Spaghetti nach Packungsanleitung in Salzwasser garen. Direkt aus dem Wasser in die Sauce geben und mit den ganzen Basilikumblättern darin schwenken. Zusammen mit den panierten Auberginenscheiben servieren.

### Nährwerte pro Portion:

631 kcal – 16 g Fett – 29 g Eiweiß – 93 g Kohlenhydrate

**Dieses Gericht ist vegetarisch. Parmesan kann tierisches Lab enthalten.**