

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 01. März 2023** ▪  
**Vegetarische Küche mit Cornelia Poletto**



**Christina Geuking**

**Ofen-Aubergine mit Bulgur, Gurken-Tomaten-Salat,  
Paprika-Fetacreme und griechischem Joghurt**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Aubergine:**

2 kleine Auberginen  
 1 Knoblauchzehe  
 ½ Zitrone, davon Abrieb & Saft  
 2 EL gemahlener Kreuzkümmel  
 2 EL gemahlene Koriandersamen  
 ½ TL Chiliflocken  
 1 EL edelsüßes Paprikapulver  
 7-10 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Beide Auberginen leicht einschneiden, etwa 1 cm tief und als Karomuster. Knoblauch abziehen und pressen. Zitrone heiß abspülen, dann die Schale einer Hälfte abreiben, dann den Saft auspressen. Knoblauch, Zitronenabrieb und –saft, Kreuzkümmel, Koriandersamen, Chiliflocken, Paprikapulver, Olivenöl und Salz verrühren und die Schnittflächen der Auberginen damit bestreichen. Auberginen für 20-30 Minuten in den vorgeheizten Ofen geben, bis sie sehr weich sind.

**Für den Bulgur:**

100 g Bulgur  
 2 EL Korinthen  
 4 Zweige Minze  
 Salz, aus der Mühle

200 ml gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Bulgur hineingeben und 10 Minuten ziehen lassen. Anschließend die Korinthen dazugeben und mit geschlossenem Deckel gar ziehen lassen.

Minze hacken und kurz vor dem Servieren unterheben.

**Für den Gurken-Tomatensalat:**

½ Gurke  
 3 bunte Tomaten  
 1 rote Zwiebel  
 1 Zitrone, davon Saft  
 4 Zweige Koriander  
 4 Zweige Petersilie  
 Olivenöl, zum Abschmecken  
 Salz, aus der Mühle

Gurke und Tomaten klein schneiden. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Zitrone halbieren und auspressen. Koriander und Petersilie fein hacken. Gurke, Tomate, Zwiebel, Koriander, Petersilie und Olivenöl vermengen. Mit Zitronensaft und Salz abschmecken.

**Für die Tomaten-Fetacreme:**

180 g Feta  
 1 Knoblauchzehe  
 1 Dattel, ohne Stein  
 4 getrocknete Tomaten in Öl  
 4 gegrillte Paprika aus dem Glas  
 (Alternativ 2 EL Ajvar)  
 Salz, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und zusammen mit Feta, Dattel, getrocknete Tomaten und Paprika zu einer Creme pürieren. Mit Salz abschmecken.

**Für die Garnitur:**

200 g Griechischer Joghurt  
 10 Rauchmandeln  
 10 lila Kalamari-Oliven

Gericht mit Joghurt, Rauchmandeln und Oliven anrichten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.