

Vegan gefüllte Aubergine mit Kichererbsen und Tahini

Zutaten für 2 Personen

Für die Auberginen

2 Auberginen
2 Esslöffel Olivenöl
1 Zwiebel
3 Knoblauchzehen
400 g Kichererbsen (aus der Dose)
200 g Couscous
160 g Kirschtomaten
2 Teelöffel Rapsöl
1 Bund Petersilie

Für das Tahini-Dressing

60 ml Tahini
2 Teelöffel Zitronensaft
60 ml Wasser
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Grill auf 190 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Auberginen längs halbieren und mit Olivenöl bestreichen. 30 Minuten im Backofen garen.

Abkühlen lassen. Für die Füllung Auberginen mit einem Teelöffel leicht aushöhlen.

Zwiebel und Knoblauch fein hacken. Tomaten halbieren. Kichererbsen abtropfen lassen.

Couscous nach Packungsanleitung zubereiten.

Rapsöl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin 2 Minuten andünsten.

Tomaten und Kichererbsen dazugeben und 5 Minuten anbraten. Gemüse mit Couscous vermischen und Auberginen damit füllen.

Die gefüllte Aubergine indirekt für ca. 25 Minuten grillen

Für das Dressing alle Zutaten miteinander vermischen. Tahini-Dressing über den Auberginen verteilen. Petersilie hacken und über die Auberginen streuen.

Guten Appetit!

