

REZEPT



AUBERGINEN-BOHNEN-RAGOUT MIT BURRATA

AYURVEDA MEDITERRAN N° 777



RIMOCO GEWÜRZMANUFATUR

www.rimoco.de



ZUTATEN

4 PORTIONEN
VORBEREITUNG | 20 MIN.
KOCHZEIT | 25 MIN.

3 Auberginen
2 TL Bio Ayurveda Mediterran
N°777
1 rote Zwiebel
2 Knoblauchzehen
3 EL Olivenöl
1 Bund glatte Petersilie
2 EL Kapern
1/2 Glas grüne Oliven ohne
Stein
3 EL Balsamico
2 Dosen stückige Tomaten
1 Dose weiße Bohnen
1 Handvoll Rosinen
1 TL brauner Zucker
Salz & Pfeffer
40 g Pinienkerne
4 kleinere Burrata
etwas Olivenöl
Salzflocken zum Bestreuen

WEITERE REZEPTE

www.rimoco.de

ZUBEREITUNG

1. **Auberginen in grobe Stücke schneiden, in eine Schüssel geben und salzen.** 15 Minuten ziehen lassen, dann abwaschen und trocken tupfen.
2. **Zwiebel und Knoblauch in feine Scheiben schneiden.** Petersilienstängel und -blätter getrennt voneinander fein hacken.
3. **Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten.**
4. **Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und die Auberginenwürfel darin mit Ayurveda Mediterran und einer Prise Salzflocken goldbraun braten.** Hitze runter stellen und gehackte Zwiebel, Knoblauch und Petersilienstängel dazugeben. Wenn die Zwiebel beginnt weich zu werden, Kapern, Oliven und Balsamico unterrühren und kurz mit dünsten.
5. **Tomaten, weiße Bohnen, Rosinen und braunen Zucker mit in die Pfanne geben, alles gut verrühren.** 10-15 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und eventuell mehr Balsamico abschmecken.
6. **Das Auberginen-Bohnen-Ragout entweder noch heiß oder lauwarm abgekühlt auf vier Schalen verteilen und je einen Burrata darauf legen.** Mit Olivenöl beträufeln und mit Petersilienblättchen, Pinienkernen und Salzflocken bestreut servieren.

Tipp | Dazu passt ein leckeres Weißbrot.