



Zubereitungszeit:
45 Minuten

Gewürzte Auberginen mit kalifornischen Walnüssen, Granatapfel und Tahina-Joghurt



Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie:	271 kcal	Fett:	20,0 g
Eiweiß:	7,12 g	Davon gesättigte Fettsäuren:	2,65 g
Kohlenhydrate:	13,8 g	ungesättigte Fettsäuren:	17,4 g

Zubereitung:

- 1.** Den Backofen auf 200°C (Umluft: 180°C, Gas: Stufe 3) vorheizen.
- Alle Gewürze miteinander vermischen und zur Seite stellen. Die Auberginenspalten mit Olivenöl bestreichen, auf einem Backblech verteilen und die Gewürze drüber streuen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- Für 25 - 30 Minuten im Ofen backen bis die Spalten an den Rändern goldbraun gebacken sind, dabei nach der Hälfte der Zeit die Spalten wenden.
- Den Joghurt mit der Tahina und mit einem Spritzer Zitrone vermischen, dann ein wenig Wasser hinzufügen, um eine gute Konsistenz zum Beträufeln zu erhalten.
- Den Tahina-Joghurt und den Granatapfelsirup über die Auberginen träufeln. Granatapfelkerne, gehackte Walnüsse und Petersilie dazu geben und servieren.

Zutaten für 4 Portionen :

- 2 TL Kreuzkümmelsamen, leicht geröstet
- 1 TL Zimt
- 2 TL Koriander, gemahlen
- 1 TL Knoblauchgranulat
- 1 TL Paprikapulver
- 1 TL Kurkuma
- 3 Auberginen, in Spalten geschnitten
- 2 EL Olivenöl
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 6 EL Joghurt (1,5 % Fett)
- 2 EL Tahina (Sesampaste)
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 60 g kalifornische Walnüsse
- 2 EL Granatapfelsirup
- 1 kleiner Bund Petersilie, grob gehackt
- Kerne eines 1/2 Granatapfels