



Zutaten für die Füllung:

3 EL Apfelessig
300 g Aubergine(n)
1 Frühlingszwiebel(n)
1/2 Gurke(n)
1/2 TL Kala Namak
125 g Kichererbsen
4 EL Olivenöl
2 TL Salz
2 Tomate(n)
1 Zwiebel(n), rot

Zutaten für die Sauce:

1 TL Ahornsirup
1 Chili, grün
1 Knoblauchzehe(n)
1/2 Bd Koriander
1/2 TL Koriander, gemahlen
1/4 TL Kreuzkümmel (gemahlen)
1 EL Olivenöl
1/2 Bd Petersilie
1 TL Salz
1 Zitrone(n)

weitere Zutaten:

4 Pita-Brot
nach Bedarf Soja Joghurt Natur
4 EL Tahin



Windmühlmesser
Gemüsemesser Mittelspitz in
Kirsche



ASA Essteller Seasons sand



Le Creuset Bratpfanne 3-ply
PLUS antihaft



PEUGEOT Salzmühle Vittel
in Acryl



GRAEF Akku-Stabmixer HB
802 in schwarz



Zwilling Hochleistungsmixer
Enfinigy, schwarz

1

Die Aubergine waschen und mit einem Messer in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben mit 1 Teelöffel Salz würzen und beiseitestellen, damit das Wasser austreten kann.

2

Die rote Zwiebel in dünne Ringe schneiden, in ein Glas geben und mit dem Apfelessig aufgießen. Ebenfalls beiseitestellen.

3

Tomaten und Gurken vom Kerngehäuse befreien und beides in ca. 1 bis 2 cm große Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebel in dünne Ringe schneiden. Gurke, Tomate und Frühlingszwiebel vermengen und mit einer Prise Salz würzen. Ebenfalls beiseitestellen.

4

In eine Pfanne 1 Esslöffel Olivenöl geben und erhitzen. Die Kichererbsen darin unter gelegentlichem Umrühren ca. 5 Minuten anrösten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und mit dem Kala Namak würzen.

5

Die gesalzenen Auberginen abwaschen und trockentupfen. Die restlichen 3 Esslöffel Öl in die noch heiße Pfanne geben und die Auberginenscheiben darin für 10 Minuten anbraten. Die Scheiben dabei mit einem Pfannenwender flach andrücken und nach der Hälfte der Zeit wenden. Anschließend mit 1/2 Teelöffel Salz würzen.

6

Die Zitrone auspressen und den Saft aufbewahren.

7

Für die Zhoog-Sauce müssen lediglich alle Zutaten (frische Petersilie, frischer Koriander, Chili, Kreuzkümmel, Koriandersamen, Knoblauch, Ahornsirup, Salz, Zitronensaft und 1 Esslöffel Olivenöl) grob püriert werden.

8

Zum Anrichten die Pitabrote kurz toasten und jeweils mit ca. 1 Esslöffel Tahin bestreichen. Darauf den Tomaten-Gurken-Salat, die Auberginenscheiben und die Kichererbsen geben. Mit der Zhoog-Sauce, etwas Sojajoghurt und den eingelegten Zwiebeln garnieren.

Beim Salzen der Auberginen verlieren diese ihr Wasser. Der Schritt sollte nicht übersprungen werden, da die Auberginenscheiben sonst nicht goldbraun anbraten und sich voll mit Öl saugen würden.