



KANOWMÜHLE  
SPREEWALD

## Rezepte



## Aubergine im Mantel

### ZUTATEN 4 Portionen

#### *Für die Füllung:*

- 2-3 Auberginen
- 1-2 Eier
- Kokosöl aus der Kanow-Mühle
- Kürbiskern-Mehl aus der Kanow-Mühle
- Gewürze wie Salz, Pfeffer, Paprika

*Tip:* Dazu kann man auch einige kurz in der Pfanne angebratene Bratpaprika reichen.

#### *Für den Knoblauchdip:*

- 500 g Naturjoghurt
- 2 Zwiebeln,
- 2 Knoblauchzehen
- Kräuter wie Petersilie, Kresse usw. nach Wunsch
- Salz und Pfeffer

#### *Dazu passt:*

Kartoffeln, Kartoffelbrei, Baguette oder Fladenbrot

Arbeitszeit: ca. 15-20 Min.: Kochzeit ca. 5 Min.

Schwierigkeitsgrad: normal

### ZUBEREITUNG

#### *Knoblauchdip:*

Zwiebeln und Kräuter klein hacken, Knoblauchzehen zerquetschen, miteinander vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

#### *Herstellung der Panade:*

ca. 150 g Kürbiskern-Mehl mit 2 Eiern verrühren.

Auberginen waschen und in ca. 1,5 cm dicke Scheiben schneiden.

Die einzelnen Scheiben einmal kurz ins Wasser halten, dann mit Salz, Pfeffer und Paprikagewürz würzen und anschließend in der Kürbiskern-Mehl-Panade panieren.

Man kann die Auberginen-Scheiben auch mit einem Messer mit der Panade wie ein Butterbrot bestreichen.

Die Auberginen-Scheiben beidseitig in Kokosöl anbraten.

Als Beilage eignen sich hervorragend Kartoffeln, Kartoffelbrei, aber auch Baguettebrot oder Fladenbrot leicht im Ofen erwärmt.

Glück zu! - Ihr Ölmüller