

TÜRKISCHE AUBERGINEN-HACKFLEISCH-PFANNE / NICOLETTE ZU GAST BEI SALLY



Gemeinsam mit Nicolette habe ich ein türkisches Gericht zubereitet. Eine leckere Auberginen Hackfleisch-Pfanne, die ihr mit traditionellem türkischem Reis und Joghurt servieren könnt. Ein Rezept für den Reis findet ihr auch auf meinem Blog und in meiner App.



Zubereitungszeit
30 Minuten



Kochzeit
30 Minuten

PORTIONSRECHNER:

Portionen: 4

AUBERGINEN-HACKFLEISCH-PFANNE

Schneide die Auberginen in kleine Würfel, gib sie in eine Schüssel und salze sie großzügig mit etwa 2 EL Salz. Schäle die Schalotten und hacke sie mit dem Knoblauch fein. Gib Olivenöl in eine Pfanne und brate das Hackfleisch auf hoher Stufe darin an. Gib die Zwiebeln und den Knoblauch dazu. Wasche die Aubergine gründlich unter fließendem Wasser ab, gib sie in ein Sieb und drücke sie aus. Gib die Auberginen-Würfel mit in die Pfanne und brate sie ebenfalls mit an. Rühre die Fleischtomaten, die Brühe, das Paprikamark und die Gewürze ein und lasse alles etwa 30 Minuten köcheln.

SERVIEREN

Serviere die Auberginen-Hackfleisch-Pfanne mit dem Joghurt. Viel Spaß beim Nachmachen, eure Sally!



Als Beilage kannst du zusätzlich türkischen Reis servieren.

AUBERGINEN-HACKFLEISCH-PFANNE:

- 2 mittlere Auberginen (ca. 700 g)
- 2 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- 3 EL Olivenöl
- 500 g Hackfleisch (Rind)
- 800 g Fleischtomaten (frisch oder Dose)
- 500 g Gemüsebrühe
- 50 g Paprikamark
- 1 EL Oregano
- 1 EL Paprikapulver (rosenscharf)
- 1 TL Salz
- ½ TL Pfeffer

ZUM SERVIEREN:

- 500 g Joghurt (3,5 %)