



Quesadillas mit gegrillten Auberginen



Rezeptinfo

Zutaten für 2 Portionen

Zubereitungszeit: 25 Min. + 30 Min. Backzeit

pro Portion: 5335 kJ, 1275 kcal, 119,4 g Kohlenhydrate, 32,5 g Eiweiß, 77,1 g Fett, 47 mg Cholesterin, 6,5 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten: € €



Zutaten

Für die Auberginen:

1	Aubergine
1 TL	Salz
3 EL	Olivenöl
1 TL	Kreuzkümmel
1 TL	Schwarzkümmel

Für den Curryjoghurt:

250 g	Joghurt
	Abrieb einer Bio-Orange
1 TL	Currypulver, mittelscharf
1/2 TL	Dattelsirup
1 Prise	Salz
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
1 EL	Granatapfelkerne

Für die Tortillas:

250 g	Mehl
100 g	Wasser
60 g	Pflanzenöl
1 TL	Salz
	Mehl zum Ausrollen

Für die Quesadillas:

1 EL	Olivenöl
100 g	geriebener Käse (Gouda, Mozzarella)

Zum Servieren:

Granatapfelkerne
Minze

Sonstiges:

Nudelholz
Backpinsel
Küchenhandtuch

Zubereitung

Mexiko meets Israel. Wir interpretieren den mexikanischen Klassiker „Quesadillas“ neu und kombinieren ihn mit einem beliebten Gericht aus der Levante-Küche: Gegrillte Aubergine mit Joghurt-Dip und Granatapfel-Topping. Die gewürzten Auberginenscheiben werden ganz einfach im Backofen zubereitet. Für den Dip nimmst du Joghurt und gibst Orangenabrieb, Curry, Dattelsirup und Granatapfelkerne dazu. Jetzt geht's an die Tortillas. Dafür bereitest du einen Teig zu, rollst ihn flach aus und schneidest runde Fladen heraus. Nachdem die Tortillas kurz angebraten wurden, füllst du jeweils zwei von ihnen mit Käse und der Aubergine. Jetzt werden sie noch einmal in der Pfanne von beiden Seiten geröstet und zusammen mit dem Joghurt-Dip, Granatapfelkernen und Minze serviert. Einfach großartig! Probiere es!

Step 1:

Zuerst den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen. Die Aubergine waschen und von der kurzen Seite aus in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Streiche das Backpapier mit 1 EL Olivenöl ein und lege die Auberginenscheiben darauf. Die Scheiben sollten sich dabei nicht überlappen. Auberginen ausreichend mit 2 EL Olivenöl bepinseln, salzen, mit Kreuzkümmel würzen und ca. 30 Minuten im Backofen rösten.

Step 2:

In einer Schale verrührst du den Joghurt mit dem Abrieb einer Orange, Currypulver, Dattelsirup, Salz und Pfeffer. Zum Schluss die Granatapfelkerne unterrühren.

Step 3:

Während die Auberginen rösten, bereitest du die Tortillas vor. Dazu Mehl, Wasser, Pflanzenöl und Salz in einer Schüssel zu einer glatten Teigkugel verkneten. Forme etwa vier Golfball große Kugeln aus dem Teig und lege sie auf ein Brett. Decke sie bis zur Weiterverarbeitung mit einem feuchten Küchenhandtuch ab.

Step 4:

Die Arbeitsfläche mit Mehl einstäuben. Die Tortillakugeln mit einem Nudelholz dünn und rund ausrollen. Nimm dir einen Teller, der so groß ist wie dein Pfannenboden und lege ihn auf den ausgerollten Tortillafladen. Schneide mit einem Messer einmal um den Teller herum, sodass du einen kreisförmigen Tortillafladen erhältst. Den übrigen Teil bis zum Ende sammeln, und daraus einen zusätzlichen kleinen Fladen ausrollen. Mit den drei anderen Teigkugeln ebenfalls so verfahren.

Step 5:

Sobald die Auberginenscheiben fertig geröstet sind, diese aus dem Backofen nehmen und zur Seite stellen. In einer Pfanne, die mindestens so groß wie der Tortilla Fladen ist, Olivenöl erhitzen. Lege den ersten Tortillafladen in die Pfanne und backe ihn kurz von beiden Seiten bis kleine Blasen entstehen, im Anschluss aus der Pfanne nehmen und mit den weiteren Fladen ebenso verfahren. Streue gleichmäßig Käse auf den ersten Tortillafladen und belege die Käsefläche mit den gerösteten Auberginenscheiben. Erneut etwas Käse darüber geben und mit einem zweiten Fladen abdecken. Die Quesadilla zurück in die Pfanne legen und bei hoher Hitze von beiden Seiten für ca. 2 Minuten backen. Im Anschluss die Quesadilla auf einen Teller legen, vierteln und mit dem Joghurt, Granatapfelkernen, frischer Minze servieren.

