

Gebackene Auberginen mit Kichererbsen-Sugo



► Beschreibung

Auberginenhälften mit würziger Tomaten-Kichererbsen-Sauce – sättigend, mediterran und proteinreich.

► Zutaten

- 2 Auberginen
- 1 Dose Kichererbsen
- 1 Dose Tomatenstücke
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 TL Oregano
- Salz, Pfeffer, Olivenöl

► Zubereitung

1. Auberginen längs halbieren, einritzen, mit Olivenöl bestreichen, 20 Minuten bei 200 °C backen.
2. Zwiebel und Knoblauch hacken, in Öl anbraten, Tomaten, Kichererbsen und Oregano zufügen, 10 Minuten köcheln.
3. Sauce auf Auberginen geben, servieren.

► Zusatzinfos

Mit frischem Basilikum garnieren.

Erstellt mit der ZUTATO-App

