Auberginen-Auflauf mit Bulgur, Tomaten und Scamorza

- **Küche:**Mediterran
- **Schwierigkeitsgrad:**Leicht

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 25m
- **Fertig in** 40m

window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '40', 'cook_time' : '25m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });

Schnelle, mediterrane Alltagsküche, schmeckt der ganzen Familie

Zutaten

- 150 g geräucherter Scamorza in Würfeln
- 150 g grober Hartweizengrieß, gewaschen, abgetropft
- 150 ml Gemüsebrühe (Instant)
- 2 mittelgroße Auberginen in Scheiben
- 4 - 5 große, vollreife Fleischtomaten ohne Haut und Kerne, in groben Würfeln
- 1 Tl Tomatenmark
- 1/2 kleine, rote Chilischote, fein gewürfelt
- 2 mittelgroße Zwiebeln in Würfeln
- 1 Knoblauchzehe, fein geschnitten
- 1 El Kapern, gehackt
- 2 El gehackte Petersilie
- 1/2 frischer, gehackter Rosmarin
- Ca. 5 - 6 El gutes Olivenöl, Salz
- Salz und Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Die Vorbereitung:

Schritt2

Den Bulgur unter fließendem Wasser auf einem Küchensieb waschen und ablaufen lassen.

Schritt3

Den Rosmarin hacken, aus den Tomaten die Blüte schneiden und kurz für eine 1/2 min. in kochendem Wasser brühen. Kalt abschrecken, pellen, die Kerne entfernen und grob würfeln.

Schritt4

Die Auberginen waschen, putzen und in Scheiben schneiden, mit Salz bestreuen und 10 min. einwirken lassen. Danach trocken tupfen und in heißen Öl scharf von beiden Seiten braten.

Schritt5

Der Ansatz:

Schritt6

Die Zwiebeln mit dem Knoblauch und Chili glasig anschwitzen,

Schritt7

die Tomatenwürfel und den Bulgur dazu geben und mit der Gemüsebrühe aufgießen..Kurz einmal aufkochen lassen und zugedeckt ca. 20 min. quellen lassen.

Schritt8

Danach die Hälfte in eine ausreichend große Auflaufform geben und schichtweise mit den Auberginescheiben belegen, Kapern, Petersilie und etwas gehackten Rosmarin verteilen.

Schritt9

Zuletzt die Scamorza - Würfel gleichmäßig darüber geben, sowie etwas frisch gemahlenen Pfeffer und einige Tropfen Olivenöl.

Schritt10

Für ca. 12 - 15 min. in den auf 190° C vorgeheizten Backofen schieben, überbacken.

Tags: auberginen, auflauf, bulgur **Zutaten:**Tomaten

https://www.gekonntgekocht.de/rezept/auberginen-auflauf-mit-bulgur-tomaten-und-scamorza/