

# Duett von Zucchini und Aubergine

Rezept von Meta Hildebrand



## Duett von Zucchini und Aubergine auf Nusscrème

Für 4 Personen als Vorspeise

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Genussfertig: in ca. 70 Minuten

### Pro Person:

19 g Kohlenhydrate, 7 g Eiweiss, 20 g Fett; 262 kcal

### Zutaten:

- 1 Aubergine
- $\frac{1}{2}$  Knoblauchknolle
- 20 g Olivenöl
- Salz und Pfeffer
- 2 Zucchini, klein
- 1 Zitrone, davon Abrieb und Saft
- 70 g Mandeln, geschält
- 1 Esslöffel Olivenöl
- 70 ml Wasser
- 60 g veganer Frischkäse
- Koriander, gezupft als Deko
- $\frac{1}{4}$  Granatapfel
- 1 Limette davon der Saft
- 2 Esslöffel Sojasauce
- 1 Esslöffel Ahornsirup

### Zubereitung:

1. Aubergine waschen und mit der Gabel die Haut mehrere Male einstechen, auf ein

Backblech mit Backpapier legen. Knoblauchknolle in der Mitte halbieren und mit etwas Olivenöl bepinseln, zur Aubergine legen. Im vorgeheizten Ofen bei 180 °C Umluft für ca. 35 Minuten backen und auskühlen lassen. Knoblauch aus der Schale lösen und die Haut der Aubergine abziehen. Aubergine in grobe Stücke reißen und mit Salz und Pfeffer würzen.

2. Zucchini waschen und die Enden abschneiden, anschliessend in lange Scheiben schneiden und mit Olivenöl bepinseln, mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Grillpfanne braten, bis sie beidseitig ein schönes Muster erhalten, danach auf einem Teller auskühlen lassen. Zu schönen Rollen formen.
3. Zitrone waschen und die Zeste abreiben, Saft auspressen und die Zeste, 3 Esslöffel Zitronensaft in einen Mixbecher geben, Mandeln, 1 Esslöffel Olivenöl und Wasser dazugeben, fein mixen. Nussmousse in eine Schüssel geben und mit Frischkäse, Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Koriander waschen und trocken tupfen, zupfen für die Garnitur. Kerne aus dem Granatapfel herauslösen. Limette auspressen und den Saft mit Sojasauce und Ahornsirup in einer Schüssel vermischen.
5. Nussmousse auf dem Teller verteilen, Aubergine darauflegen, Zucchini-Röllchen dazwischen platzieren, darüber das Sojadressing verteilen und mit Granatapfel, Knoblauch und Koriander dekorieren.

Rezept von Meta Hildebrand. Der Download und Ausdruck sind nur für den privaten Gebrauch gestattet. Jede gewerbliche Nutzung oder Weiterverbreitung ist untersagt.