



# Heilsam Leben

## Frittierte Auberginen-Scheiben

*mit Ei*

4 Portionen

1 grosse Aubergine

1 Zitrone, der Saft

- in 1 cm dicke Scheiben schneiden
- mit dem Saft der Zitrone beidseitig beträufeln

4 Eier

1 Knoblauchzehen, gepresst

je 1/2 TL Kurkuma, gemahlener Koriander, Paprika, Pfeffer

1/4 TL Muskatnuss

- zusammen verquirlen

8 - 12 EL Kichererbsenmehl

- auf einen flachen Teller geben
- die Auberginenscheiben darin wenden
- beidseitig durch die Eiermasse ziehen und auf einen Teller legen
- eine Bratpfanne erhitzen (fast höchste Stufe)

reichlich Olivenöl

- in die Bratpfanne geben
- die Auberginen scheiben im Öl beidseitig goldbraun braten
- Haushaltspapier auf eine Servierplatte legen
- die Scheiben drauf verteilen mit Haushaltspapier belegen
- Öl leicht abtupfen

### **Servier-Inspiration:**

- Salat mit Avocado-Stücken, Sonnenblumen- oder Pinienkernen, Olivenöl und Zitrone dazu servieren

### **Gratin-Variation:**

- etwas Tomatensauce in eine Ofenfeste Form geben, mit Auberginenscheiben auslegen und wieder leicht mit Sauce bedecken
- 1 Büchse abgetropfte Kichererbsen, 4 EL Olivenöl beifügen & leicht zerdrücken
- mit 4 EL frischen, feingehackten Salbeiblättern & 1 TL Pfeffer würzen
- 6 EL Pinienkerne darüberstreuen
- bei 220 ° 20 min backen

**Buon Appetito**