

EPISODE 8 - AUBERGINE TATAR UND GUACAMOLE

Zutaten - Tatar:

2 große Aubergine
½ kleine Zwiebel
100 g Frischkäse
2 EL Mayonnaise
3 EL gehackte Mandeln
½ TL Salz
½ TL getrockneter Thymian
2 Knoblauchzehen zerdrückt
1 TL Kreuzkümmel
½ TL schwarze Pfeffer
½ TL Ras el Hanout
1 EL Balsamico
1 EL Olivenöl

Rezept:

Die Auberginen über einer offenen Flamme kochen und gelegentlich wenden, bis sie schwarz sind

Dies kann je nach Flamme bis zu 40 Minuten dauern

Zur Abkühlung beiseite stellen

Während die Auberginen kochen, brate die gehackten Mandeln mit etwas Öl und der Hälfte des Ras el Hanout an

Die Auberginen halbieren und das Fleisch aushöhlen

Entferne irgendwelche große Hautstücke vom Fleisch

Die Auberginen fein hacken und pürieren

Die Maische in eine Schüssel geben und die Mandeln hinzufügen

Die Zwiebelhälfte fein würfeln und in die Schüssel geben

Füge den Rest der Zutaten hinzu und kombiniere sie gründlich zu einer dicken, cremigen Paste

In eine Servierschale geben

Zutaten - Guacamole:

2 große reife Avocados
½ eine kleine Zwiebel fein gehackt
1 mittelgroße Tomate
Saft von 1 Zitrone



EPISODE 8 - AUBERGINE TATAR UND GUACAMOLE

½ TL Salz
½ TL schwarze Pfeffer
Tabasco

Rezept:

Die Avocados halbieren, entkernen und mit einem Löffel das Fleisch aushöhlen und in eine Schüssel geben

Die Zwiebelhälfte fein würfeln und in die Schüssel geben

Die Avocados und die Zwiebel mit einer Gabel zu einer cremigen Paste zerdrücken

Die Tomate fein würfeln und in die Schüssel geben

Die Hälfte des Zitronensaftes, die Hälfte der Salz und Pfeffer und eine große Portion Tabasco hinzugeben

Gut vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken

In eine Servierschale geben