



EINHEIT 7 - Rezept 7

Zaaluk-Auberginentatar mit Fladenbrot

für 4 Personen

Menge / Zutaten

200 g Auberginen
1 St. Paprika rot
5 g Salz
1-2 kl. Zehen Knoblauch, frisch
2 g Kreuzkümmel (Cumin)
2 g Paprikapulver, geräuchert
2 g Paprikapulver, scharf
2 EL Olivenöl
1 kl. Zweig Koriander, frisch
2 EL Tomatenmark
100 g Fladenbrot oder Baguette =
2 Scheiben p.P.

(EL=Esslöffel)

Zubereitung:

- Aubergine und Paprika dunkel anbraten, im Ofen oder auf Grillplatte oder Gas.
- Die Aubergine in einen Plastikbeutel geben und das Fruchtfleisch herausdrücken.
- Die Paprika schälen. Beides klein hacken. Den Knoblauch schälen und klein hacken.
- In eine Pfanne das Gemüse geben, den gehackten Knoblauch und das Tomatenmark.
- Alles anbraten, die Gewürze zugeben, abschmecken, das Olivenöl dazugeben.
- Das Fladenbrot oder Baguette in Scheiben schneiden und rösten.
- Das Tatar anrichten und mit gehacktem Koriander bestreuen.
- Die gerösteten Brotscheiben anlegen.





Co-funded by
the European Union



Co-funded by
the European Union

"Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them."

"Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden."



This document was created as free learning and teaching material (Open Educational Resource) and is licensed under Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



Deaf Chefs
Learning the Vegan Cuisine
2024-1-DE02-KA220-VET-000254897