



Aubergine grillen

Zeit gesamt
15min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|--------------------|---------|
| Auberginen | 2 St. |
| Salz | |
| Petersilie, frisch | 5 g |
| Knoblauchzehen | 0.5 St. |
| Olivenöl | 2 EL |
| Pfeffer, schwarz | |

Zubereitung



Küchenutensilien

Teller, Sieb, Küchenkrepp, Grill

1. Auberginen waschen und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. In ein Sieb geben und salzen.
2. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und hacken. Knoblauch schälen und fein hacken. In einer Schüssel mit 1 EL Olivenöl verrühren, mit Pfeffer würzen.
3. Auberginen mit Küchenkrepp abtupfen und kurz vor dem Grillen mit 1 EL Olivenöl beträufeln.
4. Grill anheizen. Auberginen von beiden Seiten ca. 5 Min. grillen. Auf einen Teller geben und Knoblauch-Petersilien-Öl darüberträufeln.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|---------|
| Kaloriengehalt | 74 kcal |
| Kohlenhydrate | 11 g |
| Eiweiß | 2 g |
| Ballaststoffe | 5 g |
| Fette | 4 g |