



Auberginen-Kartoffel-Auflauf

Zeit gesamt
40min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Auberginen	2 St.
Salz	
Kartoffeln, vorw. festk.	800 g
Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Mozzarella	2 St.
Olivenöl	8 EL
Rapsöl	1 EL
Tomaten, gehackt	800 g
Pfeffer, schwarz	
Zucker	
Thymian, gerebelt	
Parmesan	100 g

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlerer Topf mit Deckel, große Pfanne, große Auflaufform, Küchenkrepp

1. Ofen auf 200 °C (Umluft) vorheizen. Auberginen waschen, Enden entfernen, in Scheiben schneiden und kräftig salzen. Kartoffeln waschen, schälen und in dünne Scheiben schneiden. In einem Topf mit Salzwasser bedeckt aufkochen und ca. 5 Min. garen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
2. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Knoblauch schälen und fein hacken. Mozzarella in Scheiben schneiden. Aubergine mit Küchenkrepp trocken tupfen.
3. In einer Pfanne Olivenöl auf hoher Stufe erhitzen und Auberginen im heißen Öl ca. 5 Min. braten. Aus der Pfanne nehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.
4. Pfanne erneut mit Öl erhitzen und Zwiebeln mit Knoblauch darin ca. 2 Min. anbraten. Mit Tomaten ablöschen, mit Salz, Pfeffer, Zucker, Thymian würzen und ca. 10 Min. köcheln lassen.
5. Auberginen, Kartoffeln, Tomatensauce, Mozzarella und Parmesan abwechselnd schichten. Vorgang drei Mal wiederholen und mit Käse abschließen. Im Ofen ca. 20 Min. goldbraun überbacken.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	690 kcal
Kohlenhydrate	62 g
Eiweiß	32 g
Ballaststoffe	12 g
Fette	36 g