

# Auberginen gefüllt mit Feta, Tomate & Thunfisch

Bio Kochbox KW 39



# Auberginen gefüllt mit Feta, Tomate & Thunfisch



## MENGENHINWEIS:

- Für 1 Portion die Mengen halbieren
- Für 4 Portionen die Mengen verdoppeln

## Für 2 Portionen:

- 2 Auberginen
- 2 TL Kräuter der Provence
- ½ Feta
- 1 Dosen Thunfisch
- 400 g Cubetti
- 2 EL Basilikumblätter

## Eigener Vorrat:

- Salz, Pfeffer
- Olivenöl

## Zubereitung:

Auberginen waschen, putzen und längs halbieren. Das Fruchtfleisch mit einem scharfen Messer gleichmäßig schräg einschneiden. Die Hälften mit Olivenöl bestreichen, leicht salzen und mit den getr. Kräutern bestreuen. In eine flache Auflaufform legen und im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene bei 220° auf der mittleren Schiene ca. 15-20 Minuten backen. Feta klein würfeln, den Thunfisch in einem Sieb abtropfen lassen und mit zwei Gabeln zerpfücken. Die Cubetti in einem feinen Sieb gut abtropfen lassen. (Den aufgefangenen Tomatensaft kann man für eine Sauce oder ein Salat-Dressing verwenden.)

Auberginen aus dem Ofen nehmen, das Innere mit einem Teelöffel vorsichtig auslösen, dabei innen und am Rand ca. 0,5 cm Fruchtfleisch stehen lassen. Ausgelöstes Auberginen-Fruchtfleisch in eine Schüssel geben und mit Feta, Tomatenstückchen und dem Thunfisch mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die ausgehöhlten Auberginen damit füllen.

Mit etwas Olivenöl beträufeln und im noch heißen Ofen etwa 5-7 Minuten erwärmen. Mit zerzupften Basilikum-Blättern bestreuen und servieren.