

Sendungsdokument „Silvia kocht“

Fotocredit: Simeon Baker



Ofenmelanzani

Koch: Toni Mörwald

Zutaten

(4 Personen)

Für die Melanzani

- 2 große Melanzani
- 4 EL Olivenöl
- 1 TL Kreuzkümmel
- ½ TL Cayennepfeffer
- Salz
- Pfeffer

Für das Topping

- 2 EL Honig
- 1 EL weißer Sesam
- Saft und Abrieb einer Limette
- 200 g Feta

Für die Garnitur

- Abrieb einer Zitrone
- 2 EL Granatapfelkerne
- frische Minze

Zubereitung

1. Zuerst die Melanzani der Länge nach halbieren und das Fruchtfleisch bis zur Schale kreuzweise einschneiden. Dann mit dem Kreuzkümmel, dem Cayennepfeffer, etwas Salz und Pfeffer würzen, mit Olivenöl beträufeln und die Gewürze einmassieren.
2. Nun die Melanzani mit der Schnittfläche nach oben in eine große, feuerfeste Ofenform setzen und im vorgeheizten Rohr bei 230 °C Heißluft 20 Minuten braten.
3. Anschließend die Melanzani herausnehmen, umdrehen, sodass die Schnittflächen unten sind, mit etwas Honig beträufeln, den Limettenabrieb darüber geben, mit dem Limettensaft beträufeln und mit dem weißen Sesam bestreuen. Nochmals 15-20 Minuten im Rohr weitergaren.
4. Nach dem Garen die Melanzani aus dem Rohr nehmen, den Feta darüber bröseln und den Zitronenabrieb darüber geben. Zum Schluss die Melanzani auf einem flachen Teller anrichten und mit frischer, in feine Streifen geschnittener Minze und Granatapfelkernen garnieren.