

Auberginenauflauf mit Parmesan

Zutaten | 4 Portionen

2	Aubergine
	Salz
3 EL	Olivenöl
4	Fleischtomaten
2 Kugeln	Mozzarella
50 g	Parmesan
	Salz, Pfeffer
2 Zweige	Thymian

Zubereitungszeit: 20 Min.

- Auberginen in Scheiben schneiden, salzen, kurz stehen lassen, abtupfen, mit Olivenöl bestreichen und im Ofen ca. 5 Minuten grillen.
- Tomaten putzen, waschen und in Scheiben schneiden. Mozzarella ebenfalls in Scheiben schneiden.
- Parmesan fein reiben.
- Thymian waschen, trockentupfen und die Blättchen abzupfen.
- Eine Auflaufform mit Öl auspinseln. Abwechselnd Auberginen-, Tomaten- und Mozzarella-Scheiben zu vier Türmchen schichten. Zwischen durch mit Salz, Pfeffer und frischem Thymian würzen. Mit Parmesan abschließen und 30 Minuten bei 180 °C (Ober-/Unterhitze) backen.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von ca. 100 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
105 kcal	6,7 g	4,5 g	7,3 g	180 mg