

Auberginen-Röllchen mit Quinoa-Frischkäse Füllung



Gebratenen Auberginen-Scheiben, gefüllt mit veganem Frischkäse an einem Tomaten-Lavendel-Sugo.

Zubereitung:

Die Auberginen waschen und in möglichst dünne Scheiben schneiden. Von beiden Seiten salzen und auf Küchenpapier ausbreiten.

Die Tomaten kreuzweise einritzen und mit kochendem Wasser übergießen. Nach 1 Minute die Tomaten kalt abschrecken, enthäuten und entkernen und anschließend in feine Würfel schneiden. Knoblauchzehen fein hacken und hinzugeben. Nun Cashewmus und Lavendel-Kräuteröl dazugeben. Alles mit dem Zauberstab pürieren, dann mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Quinoa nach Packungsanleitung garen, mit dem Frischkäse vermischen. Die Auberginen abtupfen und in Olivenöl von beiden Seiten anbraten. Anschließend etwas der Quinoa-Frischkäse-Füllung auf die Auberginenscheiben geben, aufrollen und mit kleinen Holzspießen feststecken.

Etwas Tomaten-Lavendel-Sugo auf einen Teller geben und die Auberginen-Röllchen darauf anrichten. Je nach Wunsch mit etwas veganem Pesto oder mit Balsamico dekorieren. Fertig ist ein leckeres, erfrischendes Gericht für laue Sommerabende. Guten Appetit!

Zutaten für 4 Personen:

- 2-3 große Auberginen
- Olivenöl
- 200 g Quinoa
- 1 Packung Heirler Wie Frischkäse Kräuter
- 6 große Fleischtomaten
- 2-3 Knoblauchzehen
- 2 EL Cashewmus
- 20 ml Lavendel Kräuteröl von naturARTen
- Salz
- Pfeffer

Zubereitungszeit: 45 Minuten

docbears.de wünscht einen guten Appetit!