1A+1B Vegetarisch

Gegrillte Aubergine mit Ziegenkäse und Tomate

Zubereitungszeit
20 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Den Grillofenbereich vorheizen. Die Auberginescheiben mit Öl bestreichen. Mit Salz, Pfeffer und Knoblauch würzen. Auf beiden Seiten ca. 15-20 Minuten grillen und dann auf einem Küchenpapiertuch abtropfen lassen. Den Ziegenkäse zerbröckeln und zusammen mit den geschnittenen Kirschtomaten auf den Auberginen verteilen. Mit frischen Kräutern garnieren.
2. Achtung: Dies ist eine Beilage! Lecker mit einem Stück Weißfisch oder gegrilltem Hähnchen oder Putenfilet für eine vollständige Mahlzeit.

Zutaten

- [ ] 50 g Aubergine in dünne Scheiben geschnitten
- [ ] 50 g Kirschtomaten in Vierteln
- [ ] 3 TL Ziegenkäse
- [ ] 2 Zweige frisches Basilikum, fein gehackt
- [ ] 2 Zweige frische Petersilie, fein gehackt
- [ ] 1 Knoblauchzehe, gepresst
- [ ] 1 EL Olivenöl
- [ ] Salz
- [ ] Pfeffer

Nährwerte pro Person

Energie	**162 kcal**
Kohlenhydrate	**5 g**
Fett	**13 g**
Eiweiß	**4 g**