

Parmigiana Auberginen

Tomatensauce:

- Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- 1 kg Tomate, in Würfeln
- 1 TL Zucker
- 1 TL Salz
- Wenig Pfeffer

Auberginen:

- 1 kg Auberginen, in ca. 1 cm dicken Scheiben
- 5 EL Olivenöl
- 1 TL Salz
- Die Auberginen mit Olivenöl einstreichen und im Backofen bei 200 Grad ca. 15 Minuten braten.

Parmigiana:

- 1 Bund Basilikum, Blätter abgezupft
- 160 g geriebener Parmesan
- Wenig Salz
- Wenig Pfeffer
- 1 TL Olivenöl

Zubereitung:

Eine ofenfeste Form (ca. 2 Liter), abwechselnd mit Sugo, Parmigiana und Auberginen stapeln. Als letztes noch Parmesan darauf verteilen. Das Ganze geht nochmals für ca. 30 Minuten in den Backofen.

Beim Servieren mit Parmesan und Basilikum-Blätter bestreuen.



Spaghetti alla Norma

Zutaten:

- 6 EL Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zwiebel
- 1 Aubergine
- 1 Bund Basilikum, frisch
- 500g Tomaten, in Würfeln
- 60 g Ricotta
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- Wenig Pfeffer



Zubereitung:

Aubergine waschen, halbieren und klein würfeln. Dann abgiessen, in eine Schüssel geben und gut mit Salz bestreuen. Das Ganze für ca. 20 Minuten durchziehen lassen.

Unterdessen den Knoblauch schälen und mit dem Messer leicht zerdrücken.

Den frischen Bund Basilikum abspülen, trocken schütteln und fein hacken.

Knoblauch mit der Hälfte des Basilikums in eine Pfanne mit etwas Olivenöl geben, für ca. 4 Minuten andünsten und aus der Pfanne nehmen. Zwiebel schälen, fein hacken und nochmals mit etwas Öl in der Pfanne für ca. 5 Minuten andünsten. Die Tomatenwürfel darunter mischen, und gut mit Salz und Pfeffer würzen. Das Ganze für ca. 20 Minuten köcheln lassen. Den Rest des Basilikums mit in die Sauce geben und gut umrühren. Auberginenwürfel in einer separaten Pfanne mit etwas Öl für ca. 5 Minuten andünsten. Anschliessend aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Spaghetti werden nun in kochendem Salzwasser bissfest gegart. Nach der Garzeit abtropfen lassen und in die Tomatensauce rühren. Den krümeligen Ricotta einrühren, für ca. 5 Minuten erwärmen und anschließend umgehend servieren.

Arancini al Ragu

Zutaten: (für 8 - 12 Stück)

Für den Reis:

- Etwas Butter
- 1L Gemüsebrühe
- 0.2g Safran
- 500g Reis (Risottoreis bzw. Rundkornreis)
- 250g Parmesan

Für die Füllung:

- 300g Hackfleisch (gemischt)
- 1 EL Olivenöl
- 1 kleine Zwiebel
- 200g Tiefkühl-Erbsen
- 500ml passierte Tomaten
- Salz

Für die Panade:

- ca. 150g Mehl
- 1 Ei
- ca. 200g Paniermehl



Zubereitung:

Reis:

In einem Topf die Butter zum Schmelzen bringen und anschliessend die Gemüsebrühe, Salz und Safran hinzugeben.

Sobald die Gemüsebrühe kocht, den Reis hineinfüllen und bei geringer Hitze unter regelmässigem Rühren so lange kochen, bis die Flüssigkeit komplett aufgenommen wurde und der Reis gar ist.

150g Parmesankäse dazugeben und rühren.

Den Reis anschliessend abkühlen lassen. Hierfür am besten gleichmässig auf ein grosses Brett oder Tablett verteilen.

Füllung:

Das Hackfleisch anbraten

die passierten Tomaten hinzugeben, salzen, würzen und Zucker da zu, das Ragu bei geringer Hitze so lange kochen, bis die Ragu richtig eingedickt ist.

Am Ende nochmals abschmecken.

Formen und Fertigstellung:

Wenn der Reis und auch die Füllung komplett abgekühlt sind, können die Arancini geformt werden. Hierfür etwas Reis in die gewölbte Handfläche geben und flach drücken, etwa einen Esslöffel Füllung hinzugeben und mit etwas Reis alles verschliessen. Mit den Händen den Arancini zu einer Kugel (circa so gross wie eine kleine Orange) formen und beiseitelegen.

Das Ei schlagen

Nun mit den Händen etwas Ei gleichmässig auf die Reiskällchen verteilen und diese danach im Paniermehl wälzen, sodass eine ebenmässige Panade entsteht.

Zum Schluss die Arancini in der Fritteuse (Temperatur Öl: 170°C) goldbraun frittieren, auf einem mit Küchenpapier ausgelegtem Teller legen und warm geniessen.

Wichtige Tipps und Informationen:

Falls ihr keine Fans von Frittiertem seid, könnt ihr die Arancini auch im Backofen für ca. 25 Minuten bei 200°C (Ofen vorheizen) backen. Diese sollten am Ende eine goldbraune Färbung haben.