

# GEFÜLLTE AUBERGINEN MIT SENSATIONAL HACK

## ZUTATEN

 2 PORTIONEN

 50 MIN

 MITTEL

1 Pkg. Garden Gourmet Sensational Hack  
2 kleine Auberginen  
4 EL Olivenöl  
1 kleine Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
1 Bund Petersilie  
4 Soft-Datteln  
30 g gehackte Walnüsse  
1/2 TL Chili  
1 Prise Zimt  
Salz und Pfeffer  
1 Bund Minze  
200 g Soja-Joghurt  
1 TL Limettensaft  
1/2 Bund Koriander  
50 g Granatapfelkerne

Ein Gericht auf pflanzlicher Basis ist genau das Richtige für dich? Lass dich von unserem Rezept gefüllter Aubergine mit Garden Gourmet Sensational Hack begeistern!

## EMPFOHLENE ZUBEREITUNG

### 1. Vorbereitung Backofen

Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen. Backblech mit Backpapier auslegen.

### 2. Zubereitung Aubergine

Auberginen längs halbieren und mit der Schnittseite nach oben auf das Backblech legen. Mit einem scharfen Messer ein 1 cm tiefes Rautenmuster in die Aubergine schneiden. Fruchtfleisch mit der Hälfte des Olivenöls einreiben und 30 Minuten im Ofen garen lassen.

### 3. Zubereitung Zutaten

Für die Füllung Zwiebel und Knoblauch schälen. Zwiebel würfeln und Knoblauch hacken. Petersilie waschen, trocken schütteln und grob hacken. Datteln in kleine Stücke schneiden.

### 4. Zubereitung Sensational Hack

Restliches Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel und Knoblauch kurz darin andünsten. Sensational Hack dazugeben und bei mittlerer Hitze mind. 7 Minuten anbraten und dabei zerkleinern. Chili und Zimt hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zur Seite stellen.

### 5. Vorbereitung Topping

Für das Topping Minze waschen, trocken schütteln und grob hacken. Sojajoghurt mit Limettensaft und der Hälfte der Minze verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

### 6. Vorbereitung Zutaten

Koriander waschen, trocken schütteln und grob hacken. Gehackten Koriander mit restlicher Minze und der Hälfte der Petersilie vermischen.

### 7. Füllung Aubergine

Auberginenfleisch aus der Mitte lösen, sodass eine Mulde entsteht. Fruchtfleisch grob hacken und zusammen mit Walnüssen, Datteln und restlicher Petersilie unter das Hackfleisch mischen.

### 8. Es kann angerichtet werden!

Garden Gourmet Sensational Hack in die Auberginen füllen. Mit Soja-Minz-Joghurt, Granatapfelkernen und Kräutern toppen und servieren.

**ENTDECKE NOCH MEHR REZEPTE AUF  
GARDENGOURMET.DE**