

Mousse d'Aubergine

Selbst gemachter Brotaufstrich schmeckt am besten

 1 Std. 30 min.

Zutaten für 8 Portionen:



- 1 Aubergine
- 1 Packung (150 g) Bresso Frischkäse Balance mit Kräutern aus der Provence
- 1 Knoblauchzehe
- Saft 1/2 Zitrone
- 1 Kopf Batavia Salat
- 2 rote Paprikaschoten
- 2 Schalotten
- 1 EL Zitronensaft
- 1 EL Öl
- Pfeffer
- Salz
- 1 Baguette

Zubereitung

Aubergine schälen, in Würfel schneiden. In ein Sieb geben, über einen Topf mit kochendem Wasser hängen und in ca. 10 Minuten zugedeckt weich dämpfen. Knoblauch schälen, kleinschneiden und mit Auberginen, Bresso Frischkäse mit Kräutern der Provence und Zitronensaft verrühren. Mit einem Stabmixer ca. 20 Sekunden pürieren und im Kühlschrank ca. 1 Stunde kalt stellen.

Bataviasalat putzen, waschen, gut abtropfen lassen und die Blätter in mundgerechte Stückchen zupfen. Paprikaschote waschen, Kerngehäuse entfernen und in Streifen schneiden. Schalotten schälen, in Würfel schneiden. Zitronensaft, Öl und Pfeffer zu einer Vinaigrette verrühren, mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Baguette in Scheiben schneiden, leicht toasten und mit der Auberginencreme bestreichen. Den Salat dazu servieren.

Nährwerte pro Portion:

Brennwert: 660 KJ / 150 Kcal
Eiweiß: 7 g
Fett: 5 g
Kohlenhydrate: 22 g