

Auberginen-Tomaten-Gemüse mit Knoblauch

800 g	Auberginen
4	Tomaten
4 kleine	Zwiebeln
3 Zehen	Knoblauch
2 EL	Tomatenmark
3 EL	Petersilie, gehackt
3 EL	Öl
1 Becher	Bulgur

Auberginen, Tomaten und Zwiebeln in Würfel schneiden.

Bulgur aufsetzen

Öl in einer großen Pfanne erhitzen,
Zwiebeln kurz anbraten,
Auberginen dazugeben und dünsten.
Wenn die Auberginen leicht bräunlich sind,
die Tomaten hinzufügen.
Gemüse mit etwas Wasser übergießen.
Tomatenmark hinzufügen.
Bei schwacher Hitze weich kochen, je nach gewünschter Bissfestigkeit.
Knoblauch und Petersilie kleinschneiden, unterrühren, ca. 1-2 Minuten aufkochen,
evtl. mit Salz abschmecken.

Das Gericht kann warm oder kalt
als Vorspeise oder Hauptgericht oder als Beilage gereicht werden.
Dazu passt Bulgur.
Als Salat etwas Joghurt unterheben.

