

... > Menüart > Beilage > Gemüse

Auberginen mit Tomatensugo und Parmesan überbacken



leckere Vorspeise, Antipasti, warm und kalt ein Genuss!

★★★★☆ **4.45** (223 Bewertungen)

 **92** Kommentare

 25 Min.  normal  24.11.2009  106 kcal

Weitere Rezepte - genauso gut!

Zutaten

4



Portionen

2 Aubergine(n)

1 EL Olivenöl, gutes

1 Knoblauchzehe(n)

3 EL Tomatenmark

1 Dose Tomaten, stückige

Salz und Pfeffer, frisch gemahlen

5 Basilikumblätter, in Streifen geschnitten

50 g Parmesan am Stück

Nährwerte pro Portion

kcal	Eiweiß	Fett	Kohlenhydr.
106	6,41 g	6,04 g	6,14 g

Zubereitungstipps

Zubereitung

🕒 Arbeitszeit ca. 25 Minuten

🕒 Koch-/Backzeit ca. 20 Minuten

🕒 Gesamtzeit ca. 45 Minuten

Die Auberginen waschen und in knapp 1 cm dicke Scheiben schneiden, kräftig salzen und ca. 30 Minuten stehen lassen. Danach das Salz gut abwaschen und die Auberginen mit Küchentuch trocken tupfen. Wichtig: das Salz muss wirklich gut abgewaschen werden, sonst schmecken die Auberginen zu salzig!

Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

In der Zwischenzeit die Tomatensauce zubereiten. Dafür Knoblauch hacken und in dem Olivenöl kurz anbraten, das Tomatenmark dazu geben und kurz mit anschwitzen, dann die gehackten Tomaten dazugeben, aufkochen lassen, die Sauce mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken und das in Streifen geschnittene Basilikum dazugeben.

Die Auberginen kurz braten, bis sie etwas Farbe bekommen (ich mache das meist ohne Öl wegen der Kalorien - wer nicht so darauf achtet, kann natürlich auch hierfür Olivenöl nehmen).

Die Scheiben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech dicht nebeneinander legen, darauf jeweils einen guten EL Tomatensauce und etwas frisch gehobelter Parmesan geben.

Im heißen Backofen ca. 15 Minuten backen, bis die Auberginen weich und der Käse zerlaufen und etwas knusprig ist.

Rezept von

Weitere Rezepte von anakonda1978

[Mehr >](#)



Tipps & Trends

Video Empfehlungen

Markenrezepte bei Chefkoch

Kommentare

Kommentare

 [Kommentar schreiben](#)

18.06.2021 21:49

FräuleinWunder94

Das Rezept ist ein Traum! Ich war dank Sommerhitze nur zu faul, die Auberginen zu salzen (die heutigen Sorten sind ja zum Glück säureärmer) und anzubraten. Die Scheiben kamen also einfach so nur mit Sugo in den Ofen und am Ende noch Käse und Basilikum. War super leicht und lecker. 5 Sterne von uns!

[Antworten](#)

02.05.2021 13:04

A_Nette85

Ein sehr leckeres Rezept, welches schnell und einfach zuzubereiten ist! Habe es zum Grillabend dazu gereicht. Meinen Gästen hatte es sehr geschmeckt! Die Sauce hab ich noch mit etwas Zucker und zusätzlich italienische Kräuter abgeschmeckt! Volle Sterne von mir :-)

[Antworten](#)

02.07.2020 09:32

mala295

Einfach zuzubereiten und sehr lecker! Danke!

[Antworten](#)

02.05.2020 19:51

DU_Küchensternchen

Sehr lecker. Statt Basilikum habe ich allerdings Oregano verwendet.

[Antworten](#)

05.09.2019 16:05

Gelöschter Nutzer

Hallöle, Foto ist auch unterwegs, 5 Punkte schon abgeliefert :-)

[Antworten](#)

20.02.2011 16:55

dasaennchen

Ich mag eigentlich keine Auberginen, wage mich aber ca. einmal im Jahr mit neuen Rezepten ran.

Ich war begeistert! Es war so einfach zu machen und so unglaublich lecker. Das wird es in Zukunft öfter geben.

Als Vorspeise kann ich mir das sehr gut vorstellen, bei uns war es allerdings ein ganzes Gericht, da zwei Personen von diesen 4 Portionen mehr als gut satt werden.

Antworten

25.12.2010 13:55

SoftYellow

Einfach superlecker gewesen! Ich habe die Auberginenscheiben in Olivenöl angebraten, was aber eigentlich gar nicht gemacht werden müsste, ich fand die Scheiben nach dem Backen dann ein wenig matschig. Die Flüssigkeit der Tomate reicht da demnach vollkommen aus, für das nächste Mal weiß ich bescheid ;) Danke für dieses Rezept!

Antworten

15.11.2010 16:39

Marco191285

Haben das Rezept am Freitag für 6 Leute als Vorspeise gekocht. Dazu haben wir Fladenbrot serviert.

Die Leute waren begeistert. Das Rezept ist echt super einfach und sehr lecker. Allerdings haben wir etwas italienisches Gewürz für Tomatensauce hinzugegeben, was auch sehr lecker war.

Danke!

Antworten

18.09.2010 12:54

Schockmatt

Schachmatt

Hallo,

genau dies Rezept hab ich gesucht. Schnell, lecker, preiswert u. man kann es für einen italienischen Abend toll vorbereiten.

Es hat uns sehr gut geschmeckt und wir werden es bald wieder machen. Meine Tochter meinte, es sei ein wunderbar würziges und dennoch leichtes Essen. Sie fand es besonders gut, weil die Auberginen nicht so in Olivenöl ertränkt werden, wie sonst bei manchen antipasti-Rezepten. Danke, ich werde es auch mal mit Zucchinischeiben ausprobieren.

Vielen Dank für das Rezept.

LG schachmatt

Antworten

27.07.2010 15:26

Gelöschter Nutzer

Wirklich sehr gut. Habe lange nach so einem Rezept gesucht. Es ist absolut perfekt und sogar mein Freund (ein Italiener) war begeistert und hörte garnicht mehr auf mit dem Lob :D

Bild ist hochgeladen. Bei uns gabs Schnitzel und Butterbohnen dazu.

Viele Grüße

Antworten

Folge uns



Unternehmen

Presse

Jobs

Impressum

AGB

[Datenschutz](#)

[Datenschutz-Einstellungen](#)

[Werben Sie bei uns](#)

[Nutzungsbasierte Online Werbung](#)

Quicklinks

[Rezepte finden](#)

[Was koche ich heute?](#)

[Was backe ich heute?](#)

[Magazin Übersicht](#)

[Print-Magazin im Abo](#)

[Foren](#)

[Chefkoch Events](#)

[Videos Übersicht](#)

Newsletter

[Zum Newsletter anmelden](#)

Wir sind für Dich da

[FAQ](#)

Live Rezeptsuchen

[chips rezepte](#), [gambas rezepte](#), [hefenusszopf rezepte](#), [kartofellsalat rezepte](#),
[knusperteig rezepte](#), [lammragout rezepte](#), [marillenlikör rezepte](#), [rotkohl rezepte](#),
[schmandschnitzel rezepte](#), [zuccinikuchen rezepte](#)