



Vegane Melanzane alla napoletana

Zeit gesamt
1hZubereitungszeit
30minSchwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Auberginen	4 St.
Salz	
Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	4 St.
Basilikum, frisch	20 g
Öl	1 EL
Tomatenmark	1 EL
Kirschtomatensauce	800 g
Balsamicoessig, dunkel	3 EL
Weizenmehl, Type 405	2 EL
Frittieröl	500 ml
Paniermehl	3 EL
Oregano, getrocknet	1 TL
Vegane Genießerscheiben	6 Scheiben
Vemondo Reibegenuss	150 g

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlerer Topf, großer Topf, mittlere Pfanne, große Auflaufform, Sieb, Schöpfkelle, Küchenpapier

1. Auberginen waschen, Enden entfernen und in etwa 0,5 cm dicke Scheiben schneiden, in ein Sieb geben, salzen und ca. 15 Min. abtropfen lassen. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln. Knoblauch schälen und fein hacken. Basilikum waschen, trocken schütteln und Blätter von den Stielen zupfen.

2. In einem Topf 1 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin ca. 3 Min. glasig anbraten. Tomatenmark zugeben und ca. 2 Min. erhitzen. Mit passierten Tomaten und dunklem Balsamico ablöschen, verrühren und ca. 10 Min. zugedeckt köcheln lassen. Die Hälfte des Basilikums zugeben, mit Salz abschmecken und auf kleiner Stufe weitere ca. 2 Min. ziehen lassen.

3. Ofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Auberginescheiben mit einem Küchenkrepp trocken tupfen. Anschließend mit Mehl bestäuben. In einem Topf Öl zum Frittieren erhitzen und Auberginescheiben portionsweise darin ca. 5 Min. goldbraun frittieren. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Eine Pfanne auf hoher Stufe erhitzen und Paniermehl und Oregano darin. ca. 2 Min. goldbraun anrösten.

4. In eine Auflaufform zwei Kellen Tomatensauce geben, eine Hälfte der Auberginescheiben und Genießerscheiben darauf auslegen. Erneut 2 Kellen Tomatensauce darübergeben, die zweite Hälfte der Auberginescheiben darauf verteilen und mit Reibegenuss bestreuen. Abschließend mit angeröstetem Paniermehl bestreuen. Melanzane alla napoletana für ca. 25 Min. goldbraun backen.

5. Melanzane alla napoletana vorsichtig aus dem Ofen nehmen, etwas abkühlen lassen, auf Tellern verteilen und mit Basilikum garniert servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Die Melanzane alla napoletana ist neben der Lasagne ein klassisches italienisches Auflaufgericht und wunderbar vegan herzustellen, indem einfach der Käse ausgetauscht wird.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	405 kcal
Kohlenhydrate	59 g
Eiweiß	8 g
Ballaststoffe	12 g
Fette	29 g