

Gefüllte Melanzani mit Thunfisch

Zubereitung

Backrohr auf 180 °C vorheizen. Backblech dünn mit Öl bestreichen. Melanzani der Länge nach halbieren und an den Unterseiten ein wenig abflachen. Schnittflächen salzen und mit Öl beträufeln. Melanzanihälften auf das Backblech legen und im vorgeheizten Rohr ca. 20 Minuten braten.

Inzwischen Zwiebel schälen und klein schneiden, Paradeiser vierteln, Mozzarella in einem Sieb gut abtropfen lassen und in ca. 1/2 cm große streifen schneiden.

Zwiebeln im Olivenöl anschwitzen, Paradeiser und abgetropften Thunfisch untermischen und mitbraten. Paradeismark einrühren und kurz mitrösten. Wein zugießen, mit Salz, Pfeffer, Oregano, Tabasco und zerdrücktem Knoblauch würzen, ca. 1 Minute köcheln und vom Herd nehmen. Melanzani aus dem Rohr nehmen und so viel Fruchtfleisch herauslösen, dass rundum eine ca. 1 cm dicke Wand stehen bleibt. Fruchtfleisch in Stücke schneiden und unter das Thunfischgemüse mischen. Backrohr auf 200 °C aufheizen. Masse in die Melanzanihälften füllen, mit Mozzarella belegen und im vorgeheizten Rohr (mittlere Schiene) ca. 8 Minuten überbacken.



Zutaten

2 mittelgroßen Melanzani

1/2 Zwiebel

2 ganzen Paradeiser

1 Dose Rio Mare Thunfisch

125 g Mozzarella

2 EL Olivenöl

1 TL Tomatenmark

70 ml Weißwein

1-2 ganze Knoblauchzehen

Salz und Pfeffer

Oregano

Tabasco

Olivenöl