

## Auberginen-Pita



### ZUTATEN (Für 4 Personen)

- 3 Auberginen à 250 g
- 200 g Naturjoghurt (3,5 % Fett)
- 300 g Käse (zu gleichen Teilen Feta, Gouda, Pecorino oder Parmesan)
- 1 mittlere Zwiebel
- 2 Zehen Knoblauch
- 1 Lauchstange
- 3 Stängel Petersilie
- einige Minzeblättchen
- 2 Eier
- 50 ml MANI BLÄUEL Olivenöl, nativ extra
- 40 g Hartweizengrieß
- Öl für das Backblech
- 100 - 120 g fertiger Strudelteig (wahlweise auch Filo- oder Yufkateig)
- 8 MANI BLÄUEL getrocknete Tomaten in Olivenöl
- Kümmel, MANI BLÄUEL Meersalz und Pfeffer

## ZUBEREITUNG

Die Auberginen mit der Schale auf ein Backblech legen und bei 200 Grad Ober-/Unterhitze (180 Grad Umluft) etwa 45 Minuten im Ofen backen. Etwas abkühlen lassen, dann die Haut abziehen. Die Auberginen in einem Sieb mindestens 2 Stunden abtropfen lassen. Den Joghurt in einem mit Küchentrepp ausgelegtem Sieb abtropfen lassen. Die drei Käsesorten reiben, etwas vom Gouda für später beiseite stellen. Das Gemüse vorbereiten: Zwiebel abziehen und in kleine Würfel schneiden, den Knoblauch zerdrücken. Lauch putzen und in feine Ringe schneiden. Die Kräuter hacken. Auberginen in 2 cm große Stücke schneiden. Mit Joghurt, Käse, Gemüse und Kräutern gut vermengen. Die Eier, das Öl und den Grieß zugeben und die Masse mit den Gewürzen abschmecken. Eine runde Backform (etwa 26 cm Durchmesser mit erhöhtem Rand) mit Olivenöl ausstreichen. Den Teig etwas größer als die Backform zuschneiden und die Form damit auslegen. Die Füllung auf den Teig geben, die getrockneten Tomaten darauf verteilen und den überlappenden Teig zur Mitte hin einklappen. Den restlichen Käse darüber streuen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad Ober-/Unterhitze (Umluft 180 Grad) eine Stunde backen.

**Mani Tipp:** Mischen Sie 100 g kleingehackte Mandeln unter den Käse. Dies macht die Käsekruste noch knuspriger und sorgt für einen besonderen Geschmack.

Pro Portion: 660 kcal (2767 kJ), 28 g Eiweiß, 43 g Fett, 35 g Kohlenhydrate (3 BE)

Dieses Rezept stammt aus der Region Mani in Griechenland. Die maniatische Küche ist bodenständig, leicht zuzubereiten und besteht aus besten Zutaten. In der einst isolierten Region im Süden des Peloponnes, zwischen Meer und Felsen, mussten sich die Bewohner lange Zeit mit dem was sie anbauten selbstversorgen. Besonders für Oliven bietet die Region ideale Anbaubedingungen. Noch heute sind Oliven, Olivenprodukte und Olivenöle fester Bestandteil der maniatischen Küche, die von der Ursprünglichkeit und der Gemeinschaft ihrer Bewohner geprägt ist.



---

Weitere Rezepte und Bildmaterial zum Download finden Sie unter

[www.modemconclusa.de/presseservice/rezepte](http://www.modemconclusa.de/presseservice/rezepte)

Bei Veröffentlichung eines Rezepts freuen wir uns über ein Belegexemplar.

Bildquelle: Kostas Koromilas

Weitere Informationen finden Sie auf [www.mani-blaeuel.de](http://www.mani-blaeuel.de).

**Pressekontakt:**

Pressestelle MANI BLÄUEL

c/o modem conclusa gmbh

Jutastr. 5, 80636 München, Tel. 089 - 746 308 37

Andrea Klepsch, E-Mail: [klepsch@modemconclusa.de](mailto:klepsch@modemconclusa.de)

Maike Schäfer, E-Mail: [schaefer@modemconclusa.de](mailto:schaefer@modemconclusa.de)

Presseservice modem conclusa: [www.modemconclusa.de/presseservice](http://www.modemconclusa.de/presseservice)