

In öl eingelegte auberginen (Vorspeisen)



Zubereitung

Die Aubergine waschen und in etwa 1/2 cm dicke Scheiben schneiden, mit viel Salz bestreichen und über Nacht ruhen lassen, ihre Bitterkeit zu verlieren. Am nächsten Tag die Aubergine trocken tamponieren, den Wein und Weinessig zu einem Topf hinzufügen und zum Kochen bringen, dann die Auberginen in dieser Mischung für 3-4 Minuten kochen. Lassen Sie die Aubergine abtropfen und für 2 Stunden trocken. Ordnen Sie die Aubergine in Gläsern, Schichten von Auberginen mit gehacktem Knoblauch, Oregano und Minze awechseln. Bedecken mit Olivenöl und den Deckel einschrauben. Nach drei Tagen, die Gläser wieder öffnen und mehr Öl hinzufügen, weil die Aubergine ein wenig haben absorbiert werden. Dann können Sie beginnen, sie nach einem Monat zu genießen, aber besser, sie bis zum Winter ruhen zu lassen!

Tipps

Wollen Sie Ihre Auberginen weniger bitter machen? Wenn sie im Salz entwässern zu lassen nicht genug ist, können Sie sie in die Milch einweichen.

Allgemeinwissen

Suchen Sie etwas leicht zu einer ausgewogenen Ernährung zu beitragen und Ihren Cholesterinspiegel zu kontrollieren? Auberginen sind die Antwort.

Informationen

Zubereitung 960 Minuten

Gesamtzeit 4 Minuten

Dient X Serviert 6 Personen

Schwierigkeitsgrad Einfach

la terra di Puglia



Unsere Produkte kaufen

Autentici prodotti di Puglia solo su
shop.laterradipuglia.it

Wir versenden die Deutschen innerhalb von 48 Stunden
Ausgewählte Produkte von höchster Qualität

DISCOUNT10

Verwenden Sie diesen Code einen Rabatt von 10% zu erhalten

Zutaten

Aubergine 3000 Gramm

Weißweinessig 1000 Millimeter

Weißwein 500 Millimeter

Knoblauch 5 Zehe

Oregano

Minze

12

Extra natives olivenöl