



**Schwierigkeit:** mittel **Zeit:** 60-80 Minuten (+ Körnererbsen über Nacht einweichen, Kochzeit: 60 bis 90 Minuten)

## Pita mit Auberginen-Körnererbsen-Creme

Am Vortag: Körnererbsen über Nacht in reichlich Wasser einweichen.

**Creme:** Körnererbsen abgießen und in frischem Wasser 60 bis 90 Min. weichkochen, abgießen und abkühlen lassen.

Backofen auf 220 °C Umluft vorheizen.

Auberginen mit einer Gabel rundherum einstechen, auf ein Blech setzen und im heißen Backofen 45 Min. garen. Auberginen herausnehmen, halbieren und ausdampfen lassen. Das weiche Fleisch herausschaben und fein hacken.

Die Erbsen im Mixer mit Joghurt, Rapsöl und Zitronensaft cremig pürieren. Die Creme mit Auberginen, Sesampaste sowie durchgepresstem Knoblauch glattrühren. Alles mit Garam Masala und Salz würzen.

**Pita-Brote:** Mehl mit Backpulver und Zucker mischen. 100 ml lauwarmes Wasser mit der Hefe verquirlen und zugießen. Joghurt, Rapsöl und eine Prise Salz zugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort 30 Min. gehen lassen.

Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen.

Aus dem Teig vier Kugeln formen, die Kugeln auf einer bemehlten Fläche zu länglichen flachen Fladen formen. Rapsöl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen, die Fladen darin bei mittlerer Hitze von jeder Seite 2-3 Min. anbraten. Die Fladen anschließend auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen bei 200 °C 12 Minuten fertig backen, dabei einmal wenden.

**Ofengemüse:** Den Backofen auf 220 °C Umluft vorheizen. Gemüse waschen und putzen. Möhren schälen und längs halbieren. Zucchini längs vierteln und salzen. Die Paprika entkernen und in breite Streifen schneiden. Gemüse salzen und nebeneinander auf mit Backpapier ausgelegtes Backblech ausbreiten, mit Rapsöl beträufeln.

Gemüse im heißen Backofen 25 Min. garen. Dabei nimmt das Gemüse, besonders auf der dem Backblech zugewandten Seite, eine schöne Farbe an. Gemüse herausnehmen, mit dem Backpapier vom heißen Blech auf die Arbeitsfläche ziehen und dort abkühlen lassen.

**Anrichten:** Die leicht abgekühlten Pitabrote mit etwas Creme bestreichen, mit Gemüse belegen, optional passen noch Dillspitzen und halbierte grüne Oliven.

### Tipps:

Selbstverständlich kann man die Auberginen und das Grillgemüse zusammen im Backofen zubereiten. Dabei nur auf die unterschiedlichen Garzeiten achten.

**DIE**  
**VIER**  
**VON HIER!**



**Zutaten**

für 4 Portionen:

**Creme:**

125 g Körnererbsen  
3 Auberginen  
150 g Sahnejoghurt (10%)  
1 EL Rapsöl  
½ Zitrone  
50 g Tahin (Sesampaste aus dem Glas,  
ersatzweise Mandelmus)  
1 Knoblauchzehe, gepellt  
2-3 Msp. Garam Masala  
Salz

**Pita-Brot:**

250 g Mehl (Typ 550)  
1 TL Backpulver  
1 TL Zucker  
5 g frische Hefe  
75 g Joghurt (3,5 %)  
2 EL Rapsöl  
Salz  
Mehl für die Arbeitsfläche  
3 EL Rapsöl

**Ofengemüse:**

6 schlanke Bundmöhren  
1 Zucchini  
2 Paprika (rot und orange)  
Salz  
Rapsöl