



GEWÜRZE
DER WELT



Rezeptkarte N° 41

Borani Banjan

Zutaten

2 Auberginen

1 Tomate

1 Paprika

 Öl zum Anbraten

3 Knoblauchzehen

3 EL Tomatenmark

 Rosa Punjab Kristallsalz
fein

 Bio Malabar Pfeffer

 1 TL Paprikapulver edelsüß

 1 TL Kurkuma

250 g Magerquark

Rezept

Auberginen, Tomate und Paprika schälen, in 1 cm dicke Scheiben schneiden und für eine Stunde in ein Sieb legen. Mit Küchenpapier abtupfen und in einer Pfanne mit etwas Öl goldbraun braten. Aus der Pfanne nehmen und im selben Fett (ggf. nochmal zugeben) die gepressten Knoblauchzehen andünsten. Tomatenmark und Gewürze dazugeben. Kurz anbraten und 100 ml Wasser hinzufügen. Nacheinander das Gemüse in der Pfanne schichten und 10 Minuten bei schwacher Hitze garen. Den Quark mit $\frac{1}{2}$ Tasse Wasser glattrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und zum Gemüse servieren.

Guten Appetit!