

## Liebe Köch\*innen,

diese Woche möchte ich ein köstliches sowie einfaches Rezept vorstellen: einen erfrischenden Salat aus saftigen Tomaten und knackigen Gurken, veredelt mit einer würzigen Asia Sauce, etwas roten Zwiebeln und Petersilie.

Die Vespergurken kommen vom eigenen Acker unter der Schirmherrschaft von Gärtnermeister Benni. Dazu gibt es den wohl schmackhaftesten Grillkäse am Markt; außerdem eine gebratene Aubergine.

Zum Satt machen gibt es eine simple Butterstulle vom guten Bio-Brot dazu und ruckzuck ist eine genussvolle Mahlzeit fertig.



Viel Spaß beim Nachkochen!

Stefan Herbolzheimer

## Zutaten

Für 6 Portionen

### Tomaten Gurken Asia Salsa

- 4 Tomaten
- 2 Vespergurken
- 1 kleine Rote Zwiebel
- ¼ Bund Petersilie
- 3 EL Asia Sauce
- Je 1 EL Rapsöl, Balsamico Essig, Sesam
- 1 TL Schwarzkümmel
- Salz nach Geschmack

### Aubergine und Grillkäse

- Grillkäse
- 2 Auberginen
- 2 EL Mehl
- 1 TL Salz
- 1 TL Pfeffer
- Öl zum Braten

## Zubereitung

Tomaten und Gurken in gröbere Würfel schneiden, Petersilie hacken, Zwiebel in feine Würfel schneiden und mit den restlichen Zutaten in einer Schüssel vermengen.

Aubergine in etwa 1 cm dicke Scheiben schräg runterschneiden. Die trockenen Zutaten vermengen und die Scheiben darin wenden. In etwas Öl ausbraten und bei 120 Grad etwa 15 Minuten auf einem mit Backpapier ausgelegtem Ofenblech nachgaren, bzw. warmhalten bis der Salat fertig ist.

Grillkäse von beiden Seiten scharf anbraten und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Ofenblech umsetzen. 5 Minuten vor dem Servieren im Ofen mit dem Gemüse nochmals heiß machen, dann quietscht der Käse nicht und wird besonders cremig.