

# AUBERGINEN- RAGOUT

- Orientalisch mit Aprikosen -

## FÜR 4 PORTIONEN

ZEIT 20 Minuten

### ZUTATEN:

#### RAGOUT

600 g Auberginen  
 ½ TL Brecht Ur-Steinsalz  
 400 g Zwiebeln  
 3 EL Olivenöl  
 250 g getrocknete Aprikosen (verzehrfertig)  
 400 ml Gemüsebrühe  
 2-3 TL TRI-DOSHA MASALA  
 2 EL Granatapfelsirup  
 2 Zweige Thymian (oder Brecht Thymian gerebelt)  
 40 g Walnusskerne  
 1 kleiner Granatapfel (ersatzweise Berberitzen  
 oder Cranberrys)



#### SAFRAN-REIS

300 g Basmatireis  
 1 EL Ghee  
 1 TL Brecht Ur-Steinsalz  
 1 Brecht Lorbeerblatt  
 1 Msp. Brecht Safran, gemahlen  
 1 Bio Orange

## ZUBEREITUNG

### RAGOUT:

1. Auberginen waschen und putzen, in 2 cm dicke Scheiben schneiden, dann würfeln. Mit ½ TL Ur-Steinsalz bestreuen und beiseite stellen. Zwiebeln schälen, würfeln und im Öl glasig dünsten.
2. Die Auberginen abbrausen und mit Küchenpapier kräftig ausdrücken. Zu den Zwiebeln geben und 5 Minuten mitschmoren, ab und zu umrühren. Inzwischen die Aprikosen klein schneiden. Zum Gemüse geben und etwa 5 Minuten unter Rühren mitschmoren. Brühe zugießen, aufkochen, den Deckel schließen und das Ragout bei mittlerer Hitze etwa 20 Minuten köcheln bis alles weich ist. Dann offen einkochen, bis die Flüssigkeit sämig ist. Mit TRI-DOSHA MASALA und Granatapfelsirup würzen und mit Ur-Steinsalz abschmecken.
3. Thymian abbrausen, trocken tupfen, die Blättchen abstreifen und hacken. Walnusskerne grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten. Granatapfel rundherum anritzen, auseinanderbrechen und die Kerne herauslösen. Zusammen mit Thymian und Walnusskernen über das Ragout streuen. Mit dem Safranreis anrichten.

### SAFRAN-REIS:

1. Den Reis im heißem Ghee glasig dünsten, dann 700 ml Wasser zugießen. Aufkochen, Ur-Steinsalz, Lorbeerblatt und Safran zugeben. Hitze reduzieren. Zugedeckt etwa 13 Minuten ausquellen lassen.
2. Inzwischen die Orange heiß waschen und abtrocknen. 2 TL Schale abreiben. Vor dem Servieren das Lorbeerblatt entfernen. Den Reis etwas auflockern und den Orangenabrieb untermischen.