

Die frische Kiste macht Urlaub vom:

3. Aug. - 31. Aug. !

die Aubergine stammt aus dem tropischen Indien, dort ist sie eine sehr alte Kulturpflanze. Nach Europa kam sie wahrscheinlich durch die Araber, in Italien wurde sie erstmals im 15. Jhdt. angebaut, Ludwig XIV. ließ sie nach Versailles holen.

Die Aubergine ist noch wärmeliebender als die Tomate und wächst daher bei uns nur im Gewächshaus. Dort wird sie ca. 1m hoch und nach ihren schönen lila Blüten trägt sie viele ihrer schwarz-violetten Früchte. In Deutschland ist selten mehr als die eine ovale Sorte im Handel. Weltweit ist sie aber im subtropisch-tropischen Bereich sehr weit verbreitet und es gibt grüne, gelbe und weiße Sorten, kleinfruchtige und riesige bis zu 1kg schwere Früchte mit den verschiedensten Formen.

Das weiche Fruchtfleisch ist kalorienarm, kann aber enorme Mengen Öl aufnehmen. Daher werden die Scheiben vor dem Braten eingesalzen oder mit Zitronensaft beträufelt, nach einer Viertelstunde werden sie abgetupft, so werden auch eventuelle Bitterstoffe ausgeschieden. Dann können sie gegrillt, gebraten, paniert, gefüllt und auch puriert werden.

Mit frischen Früchten

Ulrike Kathol

Auberginen-Gratin (aus der Provence)

- 500-600g Aubergine - waschen, 1cm breite Scheiben schneiden, salzen, mit Zitronensaft beträufeln
 - Saft einer halben Zitrone $\frac{1}{4}$ Stunde stehen lassen, abtupfen,
 - 2 EL Olivenöl - in einer Pfanne erhitzen, goldbraun anbraten,
 - 3 große Zwiebeln - schälen, in Ringe schneiden, glasig dünsten,
 - 4 große Tomaten - in Scheiben schneiden, Auflaufform fetten, Aubergine, Zwiebeln, Tomate
 - 200g Schafs-/Ziegenkäse - in Scheiben schneiden, und Käse einschichten.
 - 3 Knoblauchzehen - fein hacken
 - 1 TL Thymian
 - 5 Blätter Basilikum, zerpflicht
- dazwischen streuen, Öl aus der Pfanne auf die oberste Schicht träufeln, 20Min bei 220°C backen
dazu passt Weißbrot und gegrilltes Fleisch oder Fisch!

Guten Appetit