

## Rezept

[Zurück zur Liste](#) [1]

[Zur Suche](#) [2]

?

## Lauwarmer Gemüsesalat

### Zutaten

45 g  
Rosinen  
600 g  
Auberginen  
300 g  
Cherrytomaten (ersatzweise grosse Tomaten)  
5  
Stangensellerie  
2 Stk  
Frühlingszwiebeln  
200 g  
grüne Oliven, entsteint  
2 EL  
Pinienkerne  
1 dl  
Olivenöl  
1 TL  
Zucker  
1/2 dl  
Rotweinessig  
2 EL  
Kapern (wenn möglich in Öl eingelegt)

Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
1 Bund  
Basilikum

Zutaten sind für 4 Personen berechnet.

### Zubereitung

Die Rosinen in warmem Wasser einweichen. Die Auberginen ungeschält in Würfel schneiden, salzen und ca. 20 Minuten Flüssigkeit ziehen lassen. Kalt abspülen, auf Küchenpapier geben und trockentupfen. Die Cherrytomaten halbieren. Stielansatz entfernen (werden grosse Tomaten verwendet, diese enthäuten, entkernen und würfeln). Den Stangensellerie rüsten, in Stäbchen schneiden, schönes Blattgrün fein hacken. Die Frühlingszwiebeln halbieren, in feine Streifen schneiden. Oliven halbieren. Die Pinienkerne ohne Fett in einer Teflonpfanne anrösten, bis sie leicht duften, abkühlen lassen. Etwa die Hälfte des Olivenöls erhitzen und die Auberginenwürfel unter Wenden 8 bis 10 Minuten golden braten. Herausnehmen. Öl nachgeben, den Stangensellerie samt Blattgrün und die Frühlingszwiebeln 5 Minuten anbraten. Tomaten beifügen, kurz mitdünsten, dann Zucker, Essig, Kapern, Oliven und abgetropfte Rosinen dazugeben. Auberginen untermischen, mit Salz und Pfeffer würzen und das Ganze weitere 10 Minuten dämpfen. Am Schluss die Pinienkerne und das in feine Streifen geschnittene Basilikum beifügen.  
Nochmals abschmecken.

---

Den Salat lauwarm servieren.

Rezeptgruppe: Haupt,Salat.

Dieses Rezept von [Vegi-Info 2007/2](#) [3] wurde eingetragen von: Bernadette Raschle / 2010-03-30 14:00:41

[Zurück zur Liste](#) [1]

[Zur Suche](#) [2]

---

URL: [http://www.swissveg.ch/rezept?recipe\\_id=1823](http://www.swissveg.ch/rezept?recipe_id=1823)

Letzte Aktualisierung: 14.08.2019

Fussnoten:

Dies ist ein Rezept aus der Datenbank der Europäischen Vegetarier Union ([www.euroveg.eu](http://www.euroveg.eu) [4]).

Kontaktadresse: [rezepte@swissveg.ch](mailto:rezepte@swissveg.ch) [5].

Diese Seite wird gewartet und aktualisiert von Swissveg, Niederfeldstr. 92, 8408 Winterthur.

**Source URL (modified on 14.08.2019 - 10:02):** [https://www.swissveg.ch/rezept?recipe\\_id=1823](https://www.swissveg.ch/rezept?recipe_id=1823)

#### Links

[1] <https://www.swissveg.ch/javascript%3Ahistory.back%28%29>

[2] <https://www.swissveg.ch/rezepte>

[3] <http://www.vegetarismus.ch/heft/2007-2/Gemuesesalat.htm>

[4] <http://www.euroveg.eu>

[5] <mailto:rezepte@swissveg.ch>