

## Gefüllte Aubergine mit Couscous und Tomaten

### Zutaten: (Für 2 Personen)

100g Couscous  
100 ml heiße Gemüsebrühe  
1 Bio Zitrone  
1 Aubergine  
8 Cocktailtomaten  
1 gelbe Paprikaschote  
1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
1 EL Olivenöl  
Pfeffer  
etwas ÖL für die Form  
3 Zweige Thymian

### Zubereitung:

Den Couscous in einer Schüssel mit der Brühe übergießen und ca. 5 Minuten quellen lassen. Von der Zitrone die Schale fein abreiben und Saft auspressen. Die Aubergine Längs halbieren, das Fruchtfleisch mit einem Löffel herauslösen, dabei einen Rand stehen lassen. Das Fruchtfleisch in Würfel schneiden und mit 1 EL Zitronensaft in einer Schüssel mischen.

Die Cocktailtomaten waschen und vierteln. Die Paprikaschote längs halbieren, entkernen, waschen und klein schneiden.

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel, den Knoblauch und die Paprika darin unter Rühren bei mittlerer Hitze ca. 3 Minuten anbraten. Die Auberginenstücke hinzufügen und ca. 2 Minuten mitbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Pfanne vom Herd nehmen.

Den **Backofen auf 200°C Ober/Unterhitze vorheizen.**

Den Couscous mit einer Gabel auflockern und mit den Tomaten in die Pfanne geben. Den Thymian ebenfalls hinzufügen und untermischen. Die Couscous-Gemüse-Mischung mit Zitronenschale und -saft, Salz und Pfeffer würzen und in die Auberginenhälften füllen.

Die Auberginen im Ofen auf der mittleren Schiene ca. 20 bis 25 Minuten weich garen.

Dazu passt grüner Salat und türkisches Fladenbrot.

