



Ingrediënten

2 aubergines
snuf zout en peper
1 ui
2 teentjes knoflook
300 g rundergehakt
65 g GRK gehakt kruiden (keftedakia)
30 ml water
200 ml GRK tomatensaus
2 el Iliada olijfolie
100 ml Griekse yoghurt

Bereiden

Gevulde aubergines | 2 personen

1. Verwarm de oven voor op 180 graden. Halveer ondertussen de aubergines en snijd kruislings het vruchtvlees in. Laat het vruchtvlees zitten, deze gaan we later gebruiken in het gehaktmengel. Besprenkel de aubergines aan de bovenzijde met olijfolie en peper en zout. Zet de aubergines ongeveer 30 min in de oven tot ze zacht beginnen te worden.
2. Ondertussen gaan we beginnen met het gehaktmengel. Snij de ui, knoflook en fruit aan in een pan. Voeg het gehakt toe en bak dit rul. Voeg de GRK gehaktkruiden toe en roer dit goed door. Laat het mengsel 15 min pruttelen.
3. Neem de aubergines uit de oven. Schraap het ingesneden vruchtvlees uit de aubergines en voeg toe aan het gehaktmengel. Vul de aubergines met het mengsel en zet nogmaals 10 min in de oven.
4. Schep voor serveren de yoghurt op de aubergines.



lekker combineren

Combineer de gevulde aubergines met de Griekse pasta Risoni en Griekse Dolma's.

Eet smakelijk - Kali oreksi!