

## Informationen zur Sendung vom 18.02.2025

### Schnelle Snacks aus dem Airfryer

Von Ulla Scholz

#### Zutaten (2 – 4 Personen)

##### **Gebackene Aubergine zu Joghurtsauce**

###### **Gemüse**

2 Auberginen  
6 EL Olivenöl  
1 TL Sojasauce  
½ TL geräuchertes Paprikapulver  
1 Knoblauchzehe  
1 TL Ahornsirup oder Agavendicksaft  
Pfeffer

###### **Sauce**

150 g griechischer Joghurt (10% Fett)  
½ unbehandelte Zitrone  
Salz  
Pfeffer

##### **Geröstete Tramezzini mit Tomate und Mozzarella**

2 Scheiben Tramezzini  
2 EL Tomatenmark  
2 EL Olivenöl  
1 TL Thymian  
Mozzarella  
Frische Basilikumblätter  
½ Paprikaschote  
Salz  
Pfeffer

#### **Zubereitung: Gebackene Aubergine zu Joghurtsauce**

Die Auberginen waschen und halbieren. Die Schnittfläche rautenförmig einschneiden. Die Knoblauchzehe schälen und fein würfeln. Olivenöl, Sojasauce, Paprikapulver, Knoblauchstückchen, Pfeffer und Ahornsirup verrühren. Die Auberginen von der unteren runden Seite etwas anschneiden, damit sie später auf dem Teller nicht wegrutschen. Die Schnittfläche großzügig mit der Marinade bepinseln. Für 12 Minuten bei 185 Grad im Airfryer garen.

Für die Sauce den Joghurt mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronenschale würzen.

#### **Anrichten**

Den Dip in zwei kleine Schalen füllen. 1 – 2 Auberginenhälften auf Tellern verteilen und mit Dip servieren.

#### **Zubereitung: Geröstete Tramezzini mit Tomate und Mozzarella**

Die langen Toastscheiben mit einem Nudelholz der Länge nach flach ausrollen. Für den Belag das Tomatenmark mit Olivenöl, Thymian, Salz und Pfeffer verrühren und die Scheiben damit bestreichen. Den Mozzarella fein würfeln und gleichmäßig über die Tomatenmarkschicht streuen. Die Paprikaschote in Streifen teilen, dann quer mit einigen Basilikumblättchen auf die beiden Brote legen. Die Tramezzini-Scheibe aufwickeln und mit der offenen Seite in den Airfryer-Korb legen. So benötigen wir keinen Holzspieß zum Fixieren und die Rollen können sich beim Rösten nicht auffalten. Für circa 6 Minuten bei 185 Grad rösten.

## **Informationen zur Sendung vom 18.02.2025**

### **Schnelle Snacks aus dem Airfryer**

Von Ulla Scholz

#### **Anrichten**

Die gerösteten Rollen halbieren und mit einem Basilikumzweig garnieren und auf einer Platte servieren. Jeder nimmt sich selbst. Es handelt sich um Fingerfood – einfach zwei Papierservietten dazu legen.

#### **Ullas Küchentipps**

##### **Auberginen würzen**

Beim Marinieren der Auberginen darauf achten, dass nicht zu viel Salz dazukommt. Die Sojasauce allein sorgt schon für einen salzigen Geschmack. Ich probiere die Marinade vorher. Je nachdem kann bei zu wenig Salz nachgewürzt werden. Wenn zu viel Salz im Spiel ist, verlängere ich mit etwas Öl.

##### **Tramezzini**

Hierbei handelt es sich um ein feinporiges italienisches Weißbrot. Es hat die Form eines Toastbrot – hat aber keine Rinde. Wir finden diese Spezialität im gutsortierten Supermarkt im Brotregal oder im italienischen Lebensmittelhandel. Die Scheiben sind nicht quer, sondern der Länge nach aufgeschnitten. Klassische werden Tramezzini in Dreiecke geteilt und als Sandwich serviert. Die langen Scheiben eignen sich perfekt zum Ausrollen und zum Füllen.

##### **Backofen statt Airfryer**

Wer den Backofen nutzt, muss mit etwas längeren Garzeiten rechnen.

Auch Airfryer arbeiten – je nach Größe der Heizspirale – mit unterschiedlichen Zeitangaben. Am besten ist es, mit dem eigenen Gerät etwas zu experimentieren. Besser noch mal einige Minuten nachgeben und nicht zu heiß einstellen, damit die Speisen nicht verbrennen oder austrocknen.

**Gutes Gelingen und viel Vergnügen wünscht Ihnen Ulla Scholz!**