



Hozzávalók:

50 dkg padlizsán, só, őrölt fekete bors, 50-60 dkg burgonya, 5 evőkanál sütéshez való olívaolaj, 1-2 ágacska friss rozmaring, 2 vöröshagyma, 2 gerezd fokhagyma, 50 dkg darált marhahús, 1-1 kiskanálnyi friss kakukkfű és zsályalevél, késhegynyi Cayenne bors, 50 dkg paradicsom, 4 tojás, 2 dl tej

1. A padlizsánokat megmossuk, kocsányukat levágjuk, törzsüket 3-4 milliméter vastagon felszeleteljük. Besózva állni hagyjuk. Ezalatt a burgonyát megtisztítjuk, majd ugyanúgy felszeleteljük, mint a padlizsánt. Közepes méretű, 1 evőkanál olajjal kikent tepsibe terítjük, sóval, borssal és az apróra vágott rozmaring felével behintjük. Forró sütőben, a közepesnél nagyobb lánggal (200 °C; légkeveréses sütőben 180 °C) 35-40 percig sütjük.
2. A hagymát és a fokhagymát megtisztítjuk, finomra aprítjuk és egy nagy serpenyőben 2 evőkanál olajon megfuttatjuk. A darált húst hozzáadjuk, megsózzuk, a kakukkfűvel, a zsályával és a Cayenne borssal fűszerezzük. Kevergetve megpirítjuk, majd egyenletesen az elősütött burgonyára halmozzuk.
3. A besózott padlizsán levét engedett, ezért kinyomkodjuk, a maradék olajon a szeletek mindkét oldalát 2-2 percig sütjük. A paradicsomokat leforrázzuk, meghámozzuk, félbevágva magjaikat kikaparjuk, húsukat vékony cikkekre vágjuk. Ezután a padlizsánszeletekkel felváltva, úgy, hogy félig takarják egymást, a hústra fektetjük és további 15 percig sütjük.
4. Végül a tetejét kissé megsózzuk, megborsozzuk, a maradék rozmaringgal meghintjük. A tojásokat a tejjel simára keverjük, a tetejére öntjük. Akkor jó, ha a padlizsánt teljesen ellepi, így ebben sül meg, nem szárad ki. A sütőbe visszatolva még kb. 20 percig sütjük.

Jó tanács

- Az eredeti recept szerint darált bányahússal készítik.
- A rétegezéshez burgonya helyett is használhatunk padlizsánt.
- Vegetáriánusok a darált hús helyett kb. 15 deka ételízesítő vízbe áztatott, majd

kinyomkodott szójagranulátummal is készíthetik.

- A tetejére kerülő tojást reszelt sajttal és tejföllel is gazdagíthatjuk.

4 főre

Elkészítési idő: 1 óra 30 perc

Egy adag: 722 kcal • fehérje: 33,7 gramm • zsír: 45,8 gramm • szénhidrát: 43,7 gramm •
rost: 8,2 gramm • koleszterin: 373 milligramm