



Bernhard Gössnitzer: Melanzani, eine köstliche Fastenspeise?

Das Kriterium eine Fastenspeise zu sein, bestimmt nicht die Speise an sich, sondern solches hängt von der Einstellung des Genießers ab. So ist die Mode etwa Fleisch an Fasttagen durch Fisch zu ersetzen kein echtes Fasten. Das „Feinschmecker - Fasten“ ist daher eine Disziplin sich zu gewissen, aus religiöser Tradition hergeleiteten oder auch selbst gewählten Zeiten, aller Dinge zu enthalten, die ihren hohen Genusswert durch die Degradierung zur Alltagsspeise verlieren könnten. So lässt man für eine Weile alle Delikatessen beiseite und zieht es vor, einfache Hausmannskost zu essen.

Von Bernhard Gössnitzer.

Eine reizvolle Art Gemüse zu kochen ist die Methode es zu füllen. Dazu eignen sich nicht die Erbse und verschiedene anderen klein ausgefallene Feldfrüchte, aber bei Tomate, Zucchini, Kürbis oder Melanzani (Aubergine (*Solanum melongena*) oder Eierfrucht) schaut es ganz anders aus. Diese „Früchte“ fordern geradezu auf, dass sie gleich einem richtigen Braten, in ihrer ursprünglichen Form in einer „Bratröhre“ zubereitet werden. Am Beispiel der Melanzani sieht man gut wie es ganz einfach mit wenigen Zutaten gemacht wird:



Dorfzeitung.com

Dorf ist überall



In Hälften geschnitten wird etwas Fruchtfleisch mittels Löffel für die Füllung entfernt.



Aus der Frucht ist nun ein „Gefäß“ entstanden. Hier ist Platz für fantasievolle Gestaltung, etwas eine Grundierung mit kleinen Tomaten. Salz und beliebte Gewürze nicht vergessen. (Knoblauch, Zwiebel, Pfeffer, Minze, Majoran usw.)



Jetzt wird zum ersten Mal ein zweites Geschirr benötigt. Aber das braucht es für eine herzhaft schmeckende Füllung. Hier gilt wieder der persönliche Geschmack, aber angeröstet sollte es werden und mit frischen grünen Frühlingskräuter veredelt.



Um den Saft beim Braten etwas aufzusaugen, benötigt die Fülle etwas „trocknendes“. Hier sieht man als Zugabe Brösel, es kann auch ein Gemisch aus Brösel und geriebenem Hartkäse sein.

Hier sind die Melanzani bereits gefüllt, und weil es mit Käse so besonders gut mundet, kommt noch geriebener Käse drauf. Dann soll es im Backofen noch eine gute halbe bis dreiviertel Stunde braten. Ins Gefäß gießt man dazu etwas Wasser, das hilf es saftig zu halten.



So schaut es dann aus. Guten Appetit.



Dorfzeitung.com

Dorf ist überall

Bernhard Gössnitzer