

AGRO VERGINE POMEGRANATE BIO

GEGRILLTE AUBERGINEN MIT GRANATAPFEL UND MINZE

Zutaten für 4 Personen:

- 3 Auberginen (ca. 200g pro Stück)
- Salz
- 4 Stiele Minze
- 1 Granatapfel
- 2 EL Agro Vergine Pomegranate Bio
- 4 EL Olivenöl
- Pfeffer aus der Mühle
- 2 EL Pflanzenöl

Zubereitung:

Die Auberginen waschen, putzen und in 0,5 cm dünne, lange Scheiben schneiden. Mit etwas Salz bestreuen und 20 Minuten Wasser ziehen lassen. Inzwischen die Minzewaschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Den Granatapfel halbieren und mit einem Teelöffel vorsichtig die Kerne herauskratzen. Agro Vergine Pomegranate Bio mit dem Olivenöl mischen und mit Salz, Pfeffer und etwas Honig abschmecken. Die Auberginenscheiben trocken tupfen und in einer heißen Grillpfanne mit Pflanzenöl von beiden Seiten 3-4 Minuten anbraten. Herausnehmen, kurz abkühlen lassen und auf einem Teller anrichten. Mit den Granatapfelkernen und den Minzblättern bestreuen und mit der Vinaigrette beträufelt servieren.



AGRO VERGINE POMEGRANATE BIO

MELANZANE GRIGLIATE CON MELOGRANO E MENTA

Ingredienti per 4 persone:

- 3 melanzane (circa 200g ciascuna)
- sale
- 4 gambi di menta
- 1 melograno
- 2 cucchiaini di Agro Vergine Pomegranate Bio
- 4 cucchiaini di olio d'oliva
- pepe
- 2 cucchiaini di olio vegetale

Preparazione:

Lavare e pulire le melanzane e tagliarle a fette sottili di circa 0,5 cm per il lato lungo. Cospargere le fettine di melanzane con un pò di sale e farle riposare per 20 minuti per togliere l'acqua in eccesso. Nel frattempo lavare la menta, scuoterla e togliere le foglie. Dividere il melograno e raschiare accuratamente i semi con un cucchiaino. Mescolare Pomegranate Bio Walcher con l'olio d'oliva e aggiungere sale, pepe e un pò di miele. Asciugare le fette di melanzane e cuocerle in una padella calda con olio vegetale per 3-4 minuti su entrambi i lati. Toglietele, lasciarle raffreddare brevemente e disporle sul piatto. Cospargere le fette di melanzane con i semi di melograno e le foglie di menta e servirle assieme alla vinaigrette.

