Auberginen-Burger

Knackig-frischer Snack fürs Büro oder als leichtes Abendessen

Zutaten

2 Auberginen
1 Paprika
1-2 Handvoll Blattsalat
5 EL Zitronensaft
1 TL abger. Zitronenschale
2-3 Knoblauchzehen
200 g Mozzarella
1 Glas Kichererbsen
75 g Tahin (ca. 2 EL)
3 EL Brat-Olivenöl
4 Vollkornbrötchen
1-2 TL Oregano getr.
Salz Pfeffer

Zubereitung

Kichererbsen gründlich abspülen und abtropfen lassen. Zusammen mit 5 EL Wasser, Tahin, Knoblauch und Zitronensaft im Blitzhacker oder mit dem Stabmixer fein zerkleinern. Hummus mit Salz und Pfeffer abschmecken.
Auberginen waschen und längs in Scheiben schneiden. Paprika putzen, je nach Größe eventuell halbieren und in feine Ringe schneiden. Mozzarella in Scheiben schneiden. Salat waschen und trocknen.
Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Auberginenscheiben darin rundum goldbraun anbraten und mit Salz, Pfeffer, Oregano und etwas Zitronenschale würzen. Brötchenhälften mit Hummus bestreichen. Jeweils eine Hälfte mit Salat und Auberginen belegen. Paprika und Mozzarella darauf verteilen und die andere Brötchenhälfte daraufsetzen.