

Testa!

## Fylld aubergine

### INGREDIENSER

2 auberginer  
300 g lammfärs eller nötfärs  
1-2 vitlöksklyftor  
1 liten gul lök  
2 dl tomatsås  
1 msk ajvar  
1 tsk oregano  
½ tsk timjan  
ca ½ tsk salt  
svart peppar  
olivolja

### SÅS

1 dl crème fraîche  
75 g feta ost  
1 vitlöksklyfta  
salt, svartpeppar  
färska örter

Mumsigt värre!



### GÖR SÅ HÄR

Dela auberginerna på längden och gröp ur med melonjörn eller tesked tills väggen är ca 1 cm tjock. Förstek de urgröpta auberginerna i ugnen i 200 grader i en djup form ca 15–20 minuter. Hacka det urgröpta aubergineköttet fint och stek tillsammans med färsen, hackad lök och vitlök i olivolja. Tillsätt salt, peppar, örtekryddor, tomatsås och ajvar. Låt koka 5 minuter och smaka av. Rör ihop crème fraîche, smulad fetaost, pressad vitlök, hackade färska örter och smaka av med salt och peppar. Fyll de varma auberginerna med köttfärsröran och lägg på den vita såsen. Gratinera i ugnen på 200 grader i 20–30 minuter. Servera med en god sallad och klyftpotatis.



MELLANSVENSKA ODLARE

Testa!

## Fylld aubergine

### INGREDIENSER

2 auberginer  
300 g lammfärs eller nötfärs  
1-2 vitlöksklyftor  
1 liten gul lök  
2 dl tomatsås  
1 msk ajvar  
1 tsk oregano  
½ tsk timjan  
ca ½ tsk salt  
svart peppar  
olivolja

### SÅS

1 dl crème fraîche  
75 g feta ost  
1 vitlöksklyfta  
salt, svartpeppar  
färska örter

Mumsigt värre!



### GÖR SÅ HÄR

Dela auberginerna på längden och gröp ur med melonjörn eller tesked tills väggen är ca 1 cm tjock. Förstek de urgröpta auberginerna i ugnen i 200 grader i en djup form ca 15–20 minuter. Hacka det urgröpta aubergineköttet fint och stek tillsammans med färsen, hackad lök och vitlök i olivolja. Tillsätt salt, peppar, örtekryddor, tomatsås och ajvar. Låt koka 5 minuter och smaka av. Rör ihop crème fraîche, smulad fetaost, pressad vitlök, hackade färska örter och smaka av med salt och peppar. Fyll de varma auberginerna med köttfärsröran och lägg på den vita såsen. Gratinera i ugnen på 200 grader i 20–30 minuter. Servera med en god sallad och klyftpotatis.



MELLANSVENSKA ODLARE