



# Spaghetti mit Auberginenbällchen

Polpette di melanzane – ein leckeres vegetarisches Gericht

✖✖✖ Mittel

🕒 4 Portionen

⌚ 70 min.



Ob geschmort, gegrillt oder püriert – die Aubergine ist aus der italienischen Küche nicht wegzudenken. Besonders beliebte Gerichte mit der Eierpflanze sind „Melanzane alla Parmigiana“, ein Auberginenuflauf mit Tomatensauce und Mozzarella, sowie gefüllte Auberginen mit Oliven, „Melanzane ripiene“ und natürlich unsere „Polpette di melanzane“ mit frischer Pasta und heißer Tomatensauce. Dieses vegetarische Rezept stammt aus Kalabrien im Südwesten Italiens. Dort wird das Gericht meist als Primo piatto serviert. In diesem Rezept haben wir es als Hauptgang gedacht.

## Zutaten

2 Auberginen  
1 Packung Sugo Tradizionale  
Tomatensauce  
500 g Spaghetti  
100 g Bulgur  
2 Schalotten  
½ Bund Petersilie  
ein paar Blätter Basilikum  
1 Ei  
80 g Pecorino  
8 EL Semmelbrösel  
1 Knoblauchzehe  
Olivenöl  
Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer  
Tipp: Anstatt Auberginen kannst du auch Zucchini für die Bällchen verwenden.

## Schritt 1: Die Vorbereitung

Zutaten: Auberginen, Petersilie, Basilikum, Pecorino, Knoblauch, Schalotten

---

Heize den Backofen auf 180 °C (Unter- und Oberhitze) vor. Wasche dann die Auberginen, schneide sie der Länge nach in zwei Hälften, ritze das Fruchtfleisch ein und würze die Schnittflächen mit Salz. Wasche dann auch die frischen italienischen Kräuter, tupfe sie trocken und schneiden sie fein. Anschließend den Pecorinokäse reiben. Schäle zuletzt den Knoblauch und die Schalotten und hache beides klein.

## Schritt 2: Die Auberginenbällchen

Zutaten: Aubergine, Bulgur, Ei, Semmelbrösel, Schalotten, Knoblauch, Pecorino, Petersilie, Salz, Pfeffer, Knoblauch, Zwiebel

---

Lege die Auberginenhälften auf ein Backblech mit Backpapier und backe sie für ca. 25 Minuten im vorgeheizten Ofen. Stelle währenddessen einen Topf mit Wasser auf den Herd und koch die Bulgur nach Anweisung. Anschließend die gebackenen Auberginen klein schneiden und in ein Sieb geben. Presse die Flüssigkeit mithilfe eines Löffels aus. Danach gibst du die Auberginen-Stücke in eine Schüssel. Ei, Bulgur, Semmelbrösel, Schalotten, Knoblauch, Pecorino, Petersilie, Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer hinzugeben und alles gut miteinander vermengen, bis eine halbfeste Masse entsteht. Forme kleine Bällchen und brate sie von allen Seiten goldbraun an. Dann backst du die Auberginenbällchen ebenfalls im Ofen für ca. 5–7 Minuten.

## Schritt 3: Die Tomatensauce

Zutaten: Spaghetti, Salz, Sugo Tradizionale

---

Koch zunächst die Pasta in sprudelndem Salzwasser, bis sie al dente sind. Währenddessen kannst du die Sugo Tradizionale Tomatensauce in einem weiteren Topf erhitzen und zum Kochen bringen. Füge bei Bedarf etwas Nudelwasser hinzu. In unserem Küchengeheimnis „Sauce: Super.Sämig.Sugo“ erfährst du mehr über die beliebte italienische Saucenvariante.

## Schritt 4: Das Finale

Zutaten: Pecorino, Basilikum

---

Vermenge die Spaghetti mit der Tomatensauce und richte sie auf einem Teller an. Verteile darauf die Auberginenbällchen und bestreue das Gericht mit geriebenem Pecorino und frischem Basilikum. Delizioso!

### Verwendete Produkte:



Diese und weitere leckere Rezeptideen findest du auf:

[www.orodiparma.de/italienische-rezepte](http://www.orodiparma.de/italienische-rezepte)