



Mini aubergine pizza's

2 PERSONEN - bijgerecht

🕒 70 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 🍴 1 grote aubergine
- 🍴 1 el zout
- 🍴 2 el olijfolie
- 🍴 2½ tl gedroogde Italiaanse kruiden
- 🍴 30 g geraspte Parmezaanse kaas
- 🍴 60 g geraspte mozzarella
- 🍴 2 teentjes knoflook
- 🍴 1 blikje tomatenblokjes

MATERIAAL: keukenpapier, ovenschaal met vel ingevet aluminiumfolie

ZO MAAK JE HET:

1. Pak de aubergine erbij en snijd van beide kanten een stukje eraf.
2. Snijd vervolgens de aubergine in 6-8 plakken van 2 cm dik.
3. Plaats de aubergine plakjes op een dubbele laag keukenpapier en besprenkel de plakjes aubergine met zout.
4. Laat dit 30 minuten staan en verwarm ondertussen de oven voor op 190°C.
5. Als er na 30 minuten plasjes water ontstaan op de aubergine plakjes kan je ze heel kort schoon spoelen onder de kraan, dep ze na het schoon spoelen heel goed droog.
6. Pak er dan een ovenschaal met hierop een vel ingevet aluminiumfolie.
7. Plaats de aubergine plakjes op de schaal en vet ze in met een beetje olijfolie.
8. Bak de aubergine plakjes 15-20 minuten in de voorverwarmde oven.
9. Als de aubergine plakjes in de oven zitten kan je de saus maken.
10. Pak een koekenpan en doe hierin een eetlepel olijfolie.
11. Voeg de 2 teentjes knoflook toe en bak deze bruin.
12. Voeg vervolgens de tomatenblokjes uit blik toe en meng dit goed door de pan.
13. Laat de pan sudderen op een heel laag vuur totdat de aubergine plakjes klaar zijn.
14. Haal na 15-20 minuten bakken de aubergine plakjes uit de oven.
15. Verdeel de saus over de aubergine plakjes en garneer met de Parmezaanse kaas, mozzarella en Italiaanse kruiden.
16. Doe de aubergine pizza's nog eens 5-10 minuten in de oven, totdat de kaas goed is gesmolten.

BRON: lowcarbchef.nl

