



## Auberginen-Paprika-Topf

### Zutaten

- 600 g Auberginen
- 300 g Kartoffeln
- 300 g gelbe Paprikaschoten
- 300 g rote Paprikaschoten
- 4 EL THOMY Reines Rapsöl
- 500 ml Wasser
- 2 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 2 Beutel MAGGI Fix für Spaghetti Napoli
- 4 EL Mandelblättchen
- etwas Salz

### Zubereitung

1. Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze (170°C Umluft) vorheizen.
2. Auberginen putzen, waschen und in Würfel schneiden. Mit Salz bestreuen, 10 Min. Wasser ziehen lassen, dann trocken tupfen.
3. Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden. Paprikaschoten waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in Streifen schneiden.
4. In einer Pfanne THOMY Reines Rapsöl heiß werden lassen. Kartoffelscheiben 5 Min. braten, herausnehmen und in eine Auflaufform geben. Auberginenwürfel im Bratfett 10 Min. braten. Die Hälfte der Paprikastreifen über die Kartoffeln schichten, Auberginenwürfel daraufgeben und mit den restlichen Paprikastreifen bedecken.
5. Wasser mit THOMY Reines Sonnenblumenöl erwärmen. MAGGI Fix für Spaghetti Napoli einrühren, zum Kochen bringen und 1 Min. kochen. Über das Gemüse gießen und Mandelblättchen darauf verteilen. Im Backofen ca. 25 Min. backen. Dazu schmeckt Reis.

#### Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	23 g
Energie	266 kcal
Fett	16 g
Protein	6 g

🕒 63 Minuten

⊕ 6 Portionen