

# TRIOLOGIE ORIENTALISCHER DIPS MIT KICHERERBSEN, AVOCADO UND AUBERGINE

## TRIOLOGIE ORIENTALISCHER DIPS MIT KICHERERBSEN, AVOCADO UND AUBERGINE

Passend zu einer wunderbar zart geschmorten Lammschulter habe ich orientalische Dips gemacht. Dabei habe ich mich von der Richtung her für drei absolute Klassiker entschieden: einen mit Kichererbsen, einen mit (Graphiti-) Aubergine und einen mit Avocado. Mein Favorit war am Ende der Auberginen-Sesam Dip, meine bessere Hälfte fand den Avocado Dip mit Pinienkernen am leckersten. Übrig geblieben ist von keinem etwas.



### KICHERERBSEN-ZIEGENKÄSE DIP

*(links im Bild)*

#### Zutaten:

400g Kichererbsen aus der Dose

Salz & Pfeffer

1 Knoblauchzehe

1/2 kleine Zwiebel

1 kleines Bund Petersilie

1/2 Zitrone

1/2 TL Cumin

100g Ziegenfrischkäse

Olivenöl

#### ZUBEREITUNG:

Ich lasse die Kichererbsen in gesalzenem Wasser so lange köcheln bis sie gar sind. Dann schreke ich sie kurz kalt ab. 1/4 der Kichererbsen stelle ich beiseite, der Rest kommt in den Becher für den Stabmixer.

Dann schwitze ich in dem kleinen Topf in dem ich die Kichererbsen gekocht habe die fein geschnittene Zwiebel und den Knoblauch in Olivenöl an. Beides kommt in den Becher für den Stabmixer. Das Ganze wird mit Pfeffer, Salz und Cumin gewürzt. Dazu kommen der

Ziegenfrischkäse und der Saft aus der halben Zitrone.

Jetzt hat der Stabmixer seinen Einsatz. Ich verarbeite alles zu einer gleichmäßigen Paste. Die wird schnell nochmal abgeschmeckt, dann hebe ich die restlichen Kichererbsen und die fein gehackte Petersilie unter.

Die Menge entspricht jetzt in etwa einem Cornflakes-Schälchen. Davon richte ich einen Teil in einem kleinen Schälchen auf dem Tisch an. Der Rest wird mit Alufolie abgedeckt damit er nicht antrocknet und zum Nachfüllen bereit gehalten.

#### AVOCADO-PINIENKERN DIP

*(mittig im Bild)*

#### ZUTATEN:

1 reife Avocado

3 EL Pinienkerne

Pfeffer & Salz

1/2 Zitrone

1/4 Zwiebel

1/2 Knoblauchzehe

#### ZUBEREITUNG:

Ich halbiere die Avocado, entferne den Kern und löse das Fruchtfleisch aus der Schale. Dann gebe ich es zusammen mit der fein gehackten halben Zwiebel, den Stückchen Knoblauch und dem Zitronensaft in den Becher für den Stabmixer.

Alles zu einer glatten Crème pürieren und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Dann röste ich die Pinienkerne kurz in der Pfanne an und rühre sie in den Dip ein. Schon ist das Zweite Schälchen fertig.

#### AUBERGINEN-SESAM DIP

*(rechts im Bild)*

#### ZUTATEN:

1 kleine Aubergine (hier Graphiti-Aubergine)

1 1/2 EL Sesampaste (Tahini)

1 EL Sesam (weiß)

1/2 Zitrone

1/4 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

Pfeffer & Salz

Olivenöl

Die Graphiti-Aubergine habe ich im [Frischeparadies](#) gefunden und ich konnte einfach nicht daran vorbei gehen.



#### ZUBEREITUNG:

Dieser Dip dauert ein klein wenig länger als die anderen Beiden, ist aber auch nicht aufwendiger. Ich schneide die Schale von der Aubergine sehr großzügig ab (ca. 0,5cm dick) und lege sie beiseite. Den Rest der Aubergine packe ich in Alufolie ein und lege sie zu meiner Lammschulter bei 180°C für 30 Minuten in den Backofen.

Die Zwiebel und den Knoblauch schwitze ich in etwas Olivenöl an. Beides kommt in den Becher für den Stabmixer. Sobald die Aubergine weich geschmort ist schneide ich sie etwas klein und gebe sie ebenfalls dazu. Dann kommen noch die Sesampaste und der Zitronensaft in den Becher und das Ganze wird zu einem leicht stückigen Püree gemixt. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Als nächstes geht es mit der Auberginenschale weiter. Ich schneide die dicken Schalenstreifen in Würfel und brate sie ohne Öl bei mittlerer Hitze an bis sie etwas weicher werden aber trotzdem noch Konsistenz haben. So kommen sie in den Dip. Dann röste ich in der selben Pfanne die Sesamsamen an bis sie leicht gold-braun werden. Nun dürfen sie ebenfalls in den Dip.

Alles nochmal gut miteinander vermengen und bei Bedarf noch etwas nachwürzen. Ich richte auch hier erstmal einen kleinen Teil im Schälchen an und stelle den Rest abgedeckt beiseite damit er nicht antrocknet und braun wird. Davor hat allerdings bei allen Dips der Zitronensaft sehr gut geschützt.

Die Dips werden mittig auf den Tisch gestellt und jeder kann sich davon nehmen.

Greift zu!