

Gefüllte Zucchini vegetarisch



Zutaten

4 Zucchini, jung

Fülle:

2 Schalotten

2 Knoblauchzehen

2 Karotten

½ Bund Kräuter der Saison

25 dag Frischkäse, Natur

Paradeisersauce:

1 Dose Paradeiser

½ Bund Basilikum und Oregano

2 Knoblauchzehen

Salz, Pfeffer

zum Bestreuen:

Pizzakäse

Salz, Pfeffer

Schnittlauch

Zum Garnieren:

Paradeiserspalten

Kräuter der Saison (Basilikum, Schnittlauch,..)

Zubereitung

Die Zucchini waschen, vierteln und mit einem Löffel etwas aushöhlen.

Für die Fülle die Schalotten und den geschälten Knoblauch fein hacken. Karotten waschen und fein raspeln.

Das Gemüse mit den fein gehackten Kräutern und dem Frischkäse verrühren und mit Salz und Pfeffer gut würzen.

Für die Sauce die Paradeiser aus der Dose in eine feuerfeste Jenaeschüssel füllen. Die Kräuter und den Knoblauch fein hacken und

zu den Paradeisern geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Zucchini füllen und auf die Paradeisersauce in die Jenaschüssel setzen. Die Zucchini mit dem geriebenen Pizzakäse bestreuen.

Im vorgeheizten Backrohr auf mittlerer Schiene bei Ober- und Unterhitze die gefüllten Zucchini ca. 18 – 20 Minuten garen, bis der Käse schön goldbraun ist und die Zucchini gar sind.

Nach dem Garen die Zucchini mit Paradeiserspalten, Kräutern und etwas Paradeisersauce anrichten.
