

Rezept der Woche



Gefüllte Zucchini

ZUBEREITUNG

ZUTATEN

- 1 Zucchini
- 150 g Frischkäse
- 100 g Champignons
- 3 Frühlingszwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 80 g Cheddar Käse oder Gouda,
gerieben
- Salz und Pfeffer

Als erstes werden die gewaschenen Zucchini der Länge nach halbiert und mit einem Löffel ausgehöhlt.

Das ausgehöhlte Fruchtfleisch muss anschließend ganz fein gehackt werden. Außerdem kommen noch fein gehackte Champignons, Frühlingszwiebeln und Knoblauch in die Füllung, sowie Frischkäse, Salz und Pfeffer.

Wenn sich alle Zutaten gut vermengt haben, kann die Füllung auch schon in den ausgehöhlten Zuchinihälften verteilt und glatt gestrichen werden.

Am besten werden sie anschließend in eine leicht gefettete Auflaufform gelegt, mit geriebenem Cheddar oder Gouda bedeckt und danach bei 200° C (Ober-/Unterhitze) 20 – 25 Minuten gebacken.

Als Beilage passen übrigens gekochter Reis oder frisches Baguette super gut.

Fertig.

GUTEN APPETIT

wünscht Gemüsehof Lehmann