

Rezept Gefüllte Zucchini



Zutaten für 4 Personen:

Ihr benötigt:	
600g Mett	
1 Zwiebel	
3 Paprika	
500g Honigtomaten	
4 Zucchini	
200g Fetakäse	
etwas Olivenöl	
Schnittlauch	

Zunächst die Zucchini waschen und der Länge nach halbieren.

Mit einem Esslöffel die Zucchini-Hälften zu „Schiffchen“ aushöhlen. Am besten lasst ihr an den Enden einen kleinen Rand, damit die Füllmasse nicht hinausläuft. Im Anschluß die ausgehöhlten Flächen mit Olivenöl bestreichen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.

Nun die Zwiebel schälen und in kleine Stücke schneiden, die Paprikaschoten halbieren, entkernen, waschen und zusammen mit den gewaschenen Honigtomaten ebenfalls in kleine Stücke schneiden. Den Fetakäse halbiert ihr der Länge nach und schneidet in ebenfalls in kleine Streifen.

Das Mett wird nun mit den Zwiebelstückchen in etwas Öl angebraten und anschließend die Paprika und Tomatenstücke hinzugeben. Zum Abschluß können einige Streifen Fetakäse bereits untergerührt werden.

Die Zucchini-Hälften nun mit der Masse befüllen und mit Feta-Käse, sowie Schnittlauch-Röllchen bestreuen und bei 180 Grad im Backofen etwa 30 Minuten backen.

Wir servieren die Zucchini-Schiffchen mit frischem Salat und Tomaten und wünschen euch einen Guten Appetit!

