

Rezept gefüllte Zucchini

Mit diesem Rezept schmecken die Zucchini, dank der Hackfleisch-Käse-Mischung, schön saftig.

Zutaten:

Für die Füllung:

1 Zwiebel
50 g Speck, gewürfelt
250 g Hackfleisch
50 g geriebenen Emmentaler
1 Ei
Salz, Pfeffer

Für die Zucchini:

4 Zucchini
1 EL Zitronensaft
 $\frac{1}{2}$ Liter heiße Gemüsebrühe
100 g Käse
2 EL Paniermehl
Paprikapulver
Kräutersalz

Zubereitung:

Gleich zu Beginn sollte der Backofen bereits auf 200° C (Ober- und Unterhitze) vorgeheizt werden, da die Vorbereitung für die gefüllte Zucchini nicht lange dauert.

Beginnen kann man nun mit der Füllung.

Hierzu wird als erstes die Zwiebel abgezogen und fein gewürfelt.

Diese zusammen mit dem gewürfelten Speck, dem Ei, dem Käse sowie dem Paniermehl in eine größere Schüssel zu dem Hackfleisch geben.

Das Hackfleisch mit den übrigen Zutaten ordentlich vermengen und mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Bis zur Weiterverarbeitung zur Seite stellen.

Jetzt die Zucchini waschen, der Länge nach halbieren und aushöhlen, am besten geht dies mit einem Teelöffel.

Die Zucchini werden nun von innen mit dem Zitronensaft eingerieben und mit dem Kräutersalz und dem Paprikapulver gewürzt.

Die Hackfleischmasse in die Zucchini geben, leicht andrücken und die gefüllte Zucchini in die Auflaufform legen. Die Zucchini mit der Gemüsebrühe aufgießen.

Die Auflaufform zunächst für ca. 35 min in den Backofen schieben, nach der ersten Garzeit den Käse über die gefüllte Zucchini streuen und erneut für ca. 10 bis 15 min überbacken lassen, bis der Käse schön verlaufen ist.

[Zurück zu den Gemüse- und Beilagenrezepten](#)

[Zurück zu den Fleischrezepten](#)