

Zucchini Rezepte

Zucchini mit Karottenfüllung

Anzahl: 4

Gattung: Kartoffel-, Gemüsegerichte

1 Grosse Zwiebel
4 Zucchini
1 Knoblauchzehe
350 g Karotten

1 Teel. Geriebener Ingwer
75 g Mandelblättchen
Öl und Butter

Die Karotten schaben und in dünne Scheiben schneiden. Die gehackte Zwiebel in Öl anbraten ca. 5 min. anbraten.

In der Zwischenzeit die Zucchini der Länge nach halbieren und in der Mitte ausschaben. Das Fleisch der Zucchini klein hacken und zusammen mit der zerdrückten Knoblauchzehe, der Karotten und dem Ingwer zu der Zwiebel geben.

Ca. 10 min. zugedeckt garen, bis die Gemüse weich sind.

Die Mischung vom Herd nehmen und die Mandeln und Salz + Pfeffer zugeben. Die Zucchini mit der Mischung füllen und in eine gefettete Kasserolle geben.

Mit Alufolie abdecken und ca. 40 min. im auf 190GradC vorgeheizten Ofen backen.