

Zucchini Rezepte

Zucchini Auflauf Tortino di Zucchini

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Milchprodukte, Backen, Käse, Kuchen, Zucchini

1	Bund	Glatte Petersilie	10	Essl.	Olivenöl
4	kleine	Zweige Majoran	6		Eier (Gew.-Kl. 2)
800 g		Zucchini	5	Essl.	Crème fraîche
		Salz, schwarzer Pfeffer (a.	50 g		Pecorino (frisch gerieben)
		- d. Mühle)	3	kleine	Knoblauchzehen
		Etwas Mehl zum Wenden			

1. Die Kräuter fein hacken. Zucchini waschen, putzen und der Länge nach in 1 cm dicke Scheiben schneiden.

2. Zucchinischeiben mit Salz und Pfeffer würzen. In Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen. 6 El Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Zucchinischeiben auf jeder Seite ca. 3 Minuten bei mittlerer Hitze goldbraun braten und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

3. Eier, Crème fraîche und Pecorino glatt rühren. Mit Salz, Pfeffer und den Kräutern würzen.

4. Eine feuerfeste Form mit 2 El Olivenöl ausfetten. Die Zucchinischeiben hineinschichten und mit der Eimasse übergießen. Knoblauch pellen, in dünne Scheiben schneiden und darauf verteilen.

5. Im vorgeheizten Backofen auf der 2. Einschubleiste von unten bei 220 Grad etwa 30 Minuten (Gas 3-4, Umluft 20 Minuten bei 200 Grad) backen.

6. Auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit dem restlichen Olivenöl beträufeln.

Zubereitungszeit: 55 Minuten

:Pro Portion 18 g E, 45 g F, 8 g KH = 525 kcal (2201 kJ)

Pecorino-Spezialitäten: Wichtigste Käsesorte in der Toskana-Küche der Pecorino, ein würziger Hartkäse, der ursprünglich aus Schafsmilch, inzwischen aber auch aus Kuh- und Ziegenmilch hergestellt wird. Für typische Toskana-Gerichte sollten Sie ihn immer zum Würzen verwenden, anstelle von Parmesan oder mit ihm gemischt. Zwei besondere toskanische Spezialitäten, die Sie bei einem Toskana-Aufenthalt unbedingt probieren sollten: Pecorino toscano pepato, ein Pecorino mit zerstoßenen schwarzen Pfefferkörnern, und Pecorino toscano sotto cenere, ein besonders kräftig schmeckender Käse, der in Asche gereift ist.