

Guten Appetit!



Griechischer Zucchini Auflauf

- 200 g Feta-Käse oder Reibekäse (nach Geschmack)
- 400 g Hackfleisch (oder eine Veggie Alternative)
- 2 Zucchini
- 1 mittelgroße Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Tomatenmark
- 1/2 Würfel Gemüsebrühe, instant
- 100 ml Wasser
- Olivenöl
- Thymian, Oregano, Basilikum
- Salz und Pfeffer

Die Zwiebel und den Knoblauch fein hacken. Die Zucchini in Scheibchen schneiden. Eine Auflaufform mit Olivenöl auspinseln und einige Zucchinischnitten dachziegelartig auf dem Boden einschichten. Den Backofen auf 150° (Ober- und Unterhitze) vorheizen.

Das Hackfleisch in ein bisschen Olivenöl krümelig anbraten, Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und weiterbraten, bis die Zwiebeln glasig sind. Nun das Tomatenmark unterrühren bis es leicht zu duften anfängt. Jetzt die Gewürze nach Geschmack dazu geben und mit Wasser ablöschen.

Bei mittlerer Hitze ca. 5-10 Minuten weiter schmoren, es sollte noch Flüssigkeit übrig sein. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Einen Teil der Hackmischung auf die Zucchini geben und den Käse darüber krümeln. Dann wieder Zucchini drauf schichten, Hackmischung und mit Käse abschließen. Für 20 - 25 Minuten in den Backofen schieben.

„Happy cooking“ wünscht Ihnen Ihr ETI Team