



# REZEPT DER WOCHE

---

## GEFÜLLTE ZUCCHINIS

---

### Zutaten

2 Zucchini  
150g Frischkäse  
100g Champignons  
3 Frühlingszwiebeln  
1 Knoblauchzehe  
80g Cheddar Käse oder Gouda,  
gerieben  
Salz und Pfeffer

### Zubereitung

Zunächst werden die gewaschenen Zucchini der Länge nach halbiert und mit einem Löffel ausgehöhlt. Das entnommene Fruchtfleisch wird sehr fein gehackt.

Zur Füllung kommen, neben dem Fruchtfleisch, außerdem fein gehackte Champignons, Frühlingszwiebeln und Knoblauch, sowie Frischkäse, Salz und Pfeffer hinzu. Sobald alle Zutaten gut vermischt sind, wird die Füllung in die ausgehöhlten Zucchinihälften verteilt und glatt gestrichen.

Die gefüllten Zucchini werden anschließend in eine leicht gefettete Auflaufform gelegt, mit geriebenem Cheddar oder Gouda bestreut und bei 200°C (Ober-/Unterhitze) für 20 – 25 Minuten gebacken.

Als Beilage eignen sich gekochter Reis oder ein frisches Baguette besonders gut.

