

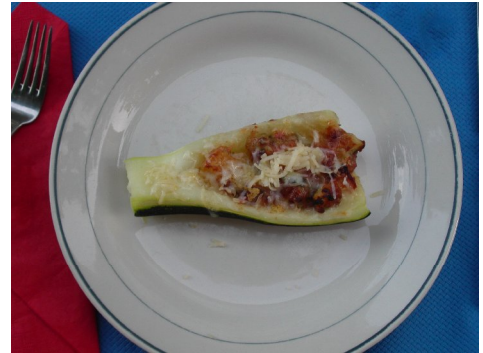
## Zucchini gefüllt

(Rezept für 4 Personen bei Hauptgang)

(Wenn dr Grill schön wäri heiss;  
backt är d'Zuccheti dört; wär weiss?)

### Zutaten:

- 2 Zucchini, mittelgross
- 1 El. Olivenöl
- 1 halbe Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 250 gr. Schinken oder Hackfleisch/Pilze
- 2 Tomaten
- Küchenkräuter (z.B. untere Burgschulhausküche nach Aussentüre, links)
- Salz
- Pfeffer
- 50 gr. geriebener Käse, Butterflocken



### Zubereitung:

Zucchini schälen und der Länge nach halbieren. Im Salzwasser 5 Minuten sieden. Die Zucchini herausheben und mit einem Löffel aushöhlen.

#### Füllung:

Die gehackte Zwiebel und Knoblauch im Öl andämpfen. Den Schinken in Würfel schneiden und mitbraten.

Zwei Tomaten klein schneiden, mit dem ausgehöhlten, fein gehackten Zucchini-Fleisch (ohne Kerne) ebenfalls zur Füllung geben. Mit den Küchenkräutern, etwas Salz und Pfeffer würzen. Mit dieser Füllung die ausgehöhlten Zucchetihälften füllen. In eine längliche Auflaufform legen, mit dem geriebenen Käse überstreuen, mit den Butterflocken belegen und 20 Minuten im heissen Backofen schmoren lassen.

Die Füllung kann variieren. Statt Schinken: Hackfleisch, und / oder Pilze, statt einer Kräutermischung nur reichlich frischen Basilikum.

Als Beilage eignen sich Teigwaren oder Trockenreis.