



# Gefüllte Zucchini, Bolognese-Art

- **Portionen:** 2
- **Vorbereitungszeit:** 12m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 27m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '27', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '12m', 'servings' : '2', 'yield' : '' });
```

Single Gericht in 30 Minuten, frisch, herzhaft, schnell, für jeden Tag

## Zutaten

- 250 g Rindsgehacktes, zerbröselt
- (Geht auch mit Gehackten halb+halb)
- 425 ml italienische Tomaten, Dose
- 100 g Kirschtomaten, halbiert
- 2 mittelgroße Zucchini
- 1 mittelgroße Zwiebel, gewürfelt
- 150 g Knollen-oder Staudensellerie, klein gewürfelt
- 1/2 Knoblauchzehe, mit Salz gerieben
- 2 Tl Pflanzenöl
- 1 El gehackte Petersilie und/oder Schnittlauch
- 20 g Reibkäse
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

## Zubereitungsart

### Schritt1

Der Ansatz:

### Schritt2

Die Zucchini waschen, vorn und hinten kappen, halbieren.

### Schritt3

Mit einem Teelöffel das Fruchtfleisch heraus kratzen, würfeln, klein schneiden.

### Schritt4

Die Zwiebeln mit dem Knoblauch in etwas Öl anschwitzen, den Sellerie und das Zucchini-Innere

dazu geben, 2 min. angehen lassen.

### **Schritt5**

Die zerkleinerten Dosentomaten aufgießen, ca. 10 min. leise köcheln lassen.

### **Schritt6**

In einer Stielpfanne, mit heißem Öl, auf höchster Stufe das Gehackte scharf anbraten, das kann 6-7 min. dauern.

### **Schritt7**

Dabei rühren, wenden, salzen, pfeffern, zuletzt die Kirschtomaten und Kräuter zufügen. Zum Ansatz geben, 8-10 min. köcheln lassen, nachschmecken.

### **Schritt8**

In die Zucchini füllen, aufteilen und für 12-15 min. in den 200° C heißen Backofen geben.

### **Schritt9**

5 min. vor Garzeit Ende mit Reibkäse bestreuen, appetitlich überbacken.

### **Schritt10**

Anrichtevorschlag:

### **Schritt11**

Dazu schmecken trockener Reis, Kartoffelpüree oder auch Pasta und Gekonntgekocht Tsatsiki, Kräuter Creme Fraiche

**Rezeptart:** Hackfleischgerichte **Tags:** gratiniert, Hauptgericht, In 30 Minuten, preiswert, Single Gericht, unproblematisch, Zucchini

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/gefüellte-zucchini-bolognese-art/>