Gefülltes Gemüse, „Petits Farcis“

- **Schwierigkeitsgrad:**Leicht

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 30m
- **Fertig in** 45m

window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '45', 'cook_time' : '30m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });

Mediterran, frisch, vielseitig, hausgemachte Küche für jeden Tag, für jeden Etwas

Zutaten

- 400 g gemischtes Hackfleisch, gebröselt
- 60 g Toastbrot - Brösel
- 60 g Reibkäse
- 3 ganze Eier
- 60 g Ziegen - oder Feta Käse in Würfeln
- 8 mittelgroße Tomaten ohne Blüte, ausgehöhlt
- 4 kleine Zucchini, halbiert, entkernt
- 4 kleine, grüne Paprikaschoten, halbiert
- 2 mittelgroße Zwiebeln, gewürfelt
- 2 El gehackte Petersilie
- 1 Knoblauch Zehe, fein gewürfelt
- 1 El schwarze Oliven, gehackt
- 2 El Oliven - oder Rapsöl
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Die Zucchini und Tomaten mit einem Melonenausstecher oder Teelöffel aushöhlen, den Reibkäse mit den Bröseln mischen.

Schritt2

In einem ausreichend großen Topf, die Zwiebeln mit dem Knoblauch glasig anschwitzen und das gebröselte Hackfleisch dazu geben.

Schritt3

Krümelig braten, die Oliven kurz mit anschwitzen. Etwas abkühlen lassen und etwa 2/3 der Käse - Brösel Mischung untermischen. Salzen und pfeffern; in die Tomaten, Zucchini und Paprikaschoten füllen.

Schritt4

In das ausgefettete, tiefe Backblech setzen die Käsewürfel verteilen und das restliche Drittel der Käse - Brösel Mischung darüber streuen.

Schritt5

Bei 180 ° C - 200 ° C für ca. 25 - 30 min. in die mittlere Schiene des Backofens geben, goldbraun überbacken.

Schritt6

Anrichtevorschlag:

Schritt7

Dazu schmeckt mir ein pikantes Tomaten-Sugo oder kalte Gekonntgekocht Gemüse Vinaigrette und körniger Reis.

Rezeptart: Gemüsegerichte

https://www.gekonntgekocht.de/rezept/gefuelltes-gemuese-petits-farcis/