

Gefüllte Courgettes

(Lieblingsrezept von SRF1-Hörerin Astrid Zubler aus Rheinau, AG)

Zutaten: (4 Pers.)

- 4 Courgettes (Zucchini)
- 2 Zwiebeln, fein gehackt
- 200 -300 g Schinken, in feine Würfeli geschnitten
- 400 g Hüttenkäse
- ca. 6 Zweiglein Peterli, fein gehackt
- 300 g rezenten Gruyère, gerieben
- wenig Butter für Butterflöckli
- etwas Olivenöl
- Salz und Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Den Ofen auf 220 Grad vorheizen

Die Courgettes längs halbieren und das Fruchtfleisch herauskratzen und fein hacken. Die halbierten Courgettes in eine feuerfeste Form geben, die aufgeschnittenen Hälften mit Salz und Pfeffer würzen und ein paar Butterflöckli in die Vertiefungen geben.

Die gehackten Zwiebeln in etwas Olivenöl andünsten. Das Fruchtfleisch und den Schinken dazugeben und etwa zwei Minuten köcheln lassen.

Hüttenkäse, Peterli und die Hälfte des geriebenen Käses begeben. Kurz erwärmen und die Courgettes-Hälften mit der noch warmen Masse füllen. Den restlichen Käse darüberstreuen und allenfalls noch ein wenig Olivenöl über die Courgettes träufeln. Für 20 bis 25 Minuten in den vorgeheizten Ofen schieben und goldbraun überbacken.