



## Gefüllte, überbackene Zucchini

Für 2 Portionen

### Zutaten

2 Zucchini mittlere Größe  
Sonnenblumenöl zum Backen  
500 Hackfleisch, gemischt  
250 Mozzarella, gerieben  
1 EL Tomatenmark  
1 Knoblauchzehe  
½ TL Oregano  
Salz und Pfeffer aus der Mühle  
3 Stängel Petersilie  
2 Tomaten  
½ Bund Schnittlauch

### Zubereitung



Die Zucchini waschen, halbieren, die Enden abschneiden und die Kerne mit einem Löffel ausschaben. Den Backofen auf 180° vorheizen.  
Die Zucchini in eine feuerfeste Form legen, mit etwas Sonnenblumenöl beträufeln und im Ofen vorbacken lassen.  
Das Hackfleisch gekrümelt in einer heißen Pfanne goldbraun braten lassen.  
Tomatenmark unterrühren und kurz mitbraten lassen.  
In der Zwischenzeit die Knoblauchzehe schälen, fein hacken und zusammen mit dem Oregano in die Pfanne geben. Die Petersilie waschen, trocknen und fein hacken.  
Die Tomaten waschen, vierteln, entkernen und den Stielansatz wegschneiden.  
Grob hacken und ebenfalls in die Pfanne geben.  
Die Zucchini aus dem Ofen nehmen, pfeffern und salzen.  
Die Masse aus der Pfanne zusammen mit der Hälfte des Mozzarellas in die Zucchini füllen.  
Die Hälfte der gehackten Petersilie darauf streuen. Jetzt noch die Hälften mit dem Mozzarella gut bedecken und für ca. 20 Minuten wieder in den Backofen stellen.  
Den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden.  
Wenn der Käse geschmolzen ist und mit einer schönen, goldbraunen Farbe glänzt, ist das Gericht fertig.  
Mit den restlichen Kräutern bestreuen und dazu eine gute Flasche Wein genießen.  
**Vegetarier können das Hackfleisch auch einfach weglassen und etwas mehr Kräuter hinzufügen.**

*Viel Vergnügen beim Ausprobieren und einen guten Appetit wünscht  
Usch von der Winden*