



GEWÜRZE
DER WELT



Rezeptkarte N° 82

Zaatar-Zucchini aus dem Ofen

Zutaten

4 mittlere Zucchini

Saft von ½ Zitrone



Olivenöl



Meersalz

2 Zwiebeln, gewürfelt

500 g Rinderhackfleisch



1 EL Zaatar



Schwarzer Pfeffer

40 g Parmesan, gerieben

1 Ei

ein paar Zweige Dill, fein gehackt

125 ml Sahne

1 EL Tomatenmark



Kräutersalz

Rezept

Die Zucchini der Länge nach durchschneiden und aushöhlen. Innen mit Zitronensaft, Olivenöl und Salz einreiben. Das Zucchinifleisch fein hacken. Den Ofen auf 180° Grad vorheizen. Die Zwiebeln mit dem Hackfleisch in einer Pfanne mit Olivenöl schön braun anbraten, das Zucchinifleisch dazugeben und mit Zaatar, Salz und Pfeffer würzen. Parmesan, Ei und Dill untermischen. Die Zucchinihälften mit der Hackfleischmasse füllen und in eine ofenfeste Reine legen. Etwas Wasser in die Reine geben und ca. 30 Minuten bei 180° garen. Sahne und Tomatenmark mit etwas Kräutersalz und Pfeffer glatt verrühren und über die Zucchini geben, nochmals 15 Minuten garen, bis die Oberflächen schön Farbe angenommen haben. Dazu passt ein sommerlicher Salat mit Schafskäse.

Guten Appetit!