

Gefüllte Zucchini mit Hackfleischsoße



Das brauchst du (für 4 Portionen):

4 mittelgroße Zucchini

1 Zwiebel

500 g gemischtes Hackfleisch

1 rote Paprika

500 g geriebenen Hartkäse

Salz, Pfeffer, Paprikapulver Edelsüß

So machst du's richtig:

- 1.) Schneide die Zwiebel und die Paprika in Würfelchen.
- 2.) Höhle die Zucchini mit einem Kaffeelöffel aus. Das Innere kannst du für eine Suppe verwenden.
- 3.) Brate das Hackfleisch in einer Pfanne scharf an.
- 4.) Gib die Zwiebelwürfelchen und die klein geschnittene Paprika dazu.
- 5.) Heize den Backofen auf 180 Grad Oberhitze/Unterhitze vor.
- 6.) Würze das Hackfleisch mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver Edelsüß.
- 7.) Befülle die Zucchini mit der Hackfleischmasse und gib die Zucchini auf ein Blech, das du vorher mit etwas Butter ausgerieben hast.
- 8.) Gib nun geriebenen Käse auf die Zucchini.
- 9.) Backe das Ganze im Backofen für 30 Minuten.
- 10.) Aus dem übrig gebliebenen Hack kannst du dir eine Soße ziehen, indem du alles mit etwas Gemüsebrühe und Sahne aufkochst.

Als Beilage eignen sich Salzkartoffeln oder Reis.