

Auflauf mal anders: Fluffiger Zucchini-Feta-Auflauf mit Dill

VORBEREITEN

10
Min.

ZUBEREITEN

25
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

300 g Zucchini
10 Eier
200 g Hüttenkäse
100 g Feta
2 Lauchzwiebeln
2 Zweig(e) Petersilie
2 Zweig(e) Dill
Salz, Pfeffer

Besonderes Zubehör

Auflaufform
Reibe

- 1 -

Backofen auf 190 °C vorheizen. Auflaufform einfetten.

- 2 -

3/4 der Zucchini fein reiben, in ein Küchentuch geben und überschüssige Flüssigkeit auswringen. Rest in kleine Stücke schneiden. Petersilie und Dill fein hacken. Lauchzwiebeln in dünne Ringe schneiden.

- 3 -

Zucchini, Eier, Kräuter, Lauchzwiebeln und Hüttenkäse vermengen. Feta mit den Händen zerbröseln, untermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. In die Auflaufform gießen und im heißen Ofen 20-25 Minuten backen.

Allein wenn man das Wort Auflauf hört, fließt einem das Wasser im Mund zusammen. Man denkt an eine deftige Mahlzeit und geschmolzenen Käse, der herrliche Fäden zieht, wenn man sich ein Stück aus der Form nimmt. Einziger Nachteil: Aufläufe hauen immer so richtig rein. Man ist müde und braucht am besten erst mal einen Mittagsschlaf. Doch das passiert dir nicht mit dieser Kreation! Zucchini und frische Kräuter verbinden sich mit Ei und Feta zu einem fluffigen Auflauf, den du auch ruhig zum Frühstück verputzen kannst.