

Bunter Zucchini-Auflauf mit Tomaten und Parmesan

VORBEREITEN

15
Min.

ZUBEREITEN

45
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

1 grüne Zucchini
1 gelbe Zucchini
1 Zwiebel
1 Fleischtomate
50 g Parmesan
100 ml Olivenöl
1/2 Zitrone (ausgepresster Saft)
2 Zweig(e) Rosmarin
Salz, Pfeffer

Besonderes Zubehör

1 Pie- oder Tartform (30 cm Durchmesser)

- 1 -

Backofen auf 190 °C vorheizen. Backform einfetten.

- 2 -

Zucchini und Tomate in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und fein hacken. Rosmarinnadeln von den Zweigen zupfen und fein hacken.

- 3 -

1 EL Olivenöl erhitzen und Zwiebeln glasig dünsten. Gemüse mit restlichem Olivenöl, Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Rosmarin vermengen.

- 4 -

Zwiebeln in die Auflaufform geben und verteilen. Eine Tomatenscheibe mittig in die Auflaufform legen und grüne und gelbe Zucchini abwechselnd mit den Tomatenscheiben kreisförmig schichten. Äußere Reihe nur noch mit gelben und grünen Zucchini schichten.

- 5 -

Form mit Alufolie abdecken und im heißen Ofen 30 Minuten backen. Alufolie entfernen, Parmesan über das Gemüse reiben und weitere 15 Minuten backen.

Ich war am Wochenende bei meinen Eltern. Und wie das nach so einem Besuch ist, kehrt man vollgepackt mit vielen tollen Dingen nach Hause zurück. Dieses Mal dabei: eine Riesenladung grüner und gelber Zucchini frisch aus unserem Garten. Und weil ich die ja schnell verwerten musste, gab es bei mir diesen leichten, bunten Auflauf. Darauf folgte ein Zucchini-Hack-Auflauf und am Tag darauf gab es Zoodles zum Mittag. Du siehst, die Liste ist lang. Also ran an die Zucchini!