



Foto: Knorr

Zucchini-Mozzarella-Gratin

Sie brauchen für 2 Portionen:

1 mittelgroße Zucchini
Mehl
1 gelbe Paprikaschote
125 g Mozzarella
1 Knoblauchzehe
1/2 Bund Basilikum
50 g Schinkenwürfel
Salz
Pfeffer
1 Beutel KNORR Fix für
Zucchini-Pfanne Toskana
150 g Schlagsahne

So wird's gemacht:

1 Zucchini waschen und der Länge nach in dünne Scheiben hobeln oder schneiden. Zuchinischeiben von beiden Seiten leicht mit Mehl bestäuben.

2 Paprika halbieren, entkernen, waschen und klein würfeln. Mozzarella in Würfel schneiden. Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Basilikum in feine Streifen schneiden. Paprika, Mozzarella, Knoblauch, Basilikum und Schinkenwürfel vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

3 Beutelinhalt Fix für Zucchini-Pfanne Toskana mit Sahne verrühren und in eine flache Auflaufform geben. Zuchinischeiben jeweils so aufrollen, dass eine 3 - 4 cm große Öffnung entsteht und aufrecht nebeneinander in die Sauce setzen. Die Füllung in die Öffnungen verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C (Umluft: 175 °C, Gase Stufe 3) ca. 25 Minuten backen.

Enthält pro Portion ca.

16 g Eiweiß, 26 g Fett, 16 g Kohlenhydrate = 358 Kalorien = 1500 Joule