Gefüllte Zucchini

Zubereitung

Erdäpfel schälen, vierteln und in Salzwasser weichkochen.

In der Zwischenzeit Zucchini waschen, halbieren, die Kerne entfernen, mit einer Gabel das Fruchtfleisch ca. 1/2 cm einstechen (nicht durchstechen).

BIO Zitrone abreiben, Schale zur Seite stellen und den Saft auspressen. Knoblauch schälen.

Backrohr auf 180 Grad vorheizen.

Zitronensaft, Olivenöl, Salz, Pfeffer und zwei Knoblauchzehen pressen, zu einer Marinade vermischen. Die ausgehölten Zucchinihälften mit der Marinade einreiben, damit diese in das Fruchtfleisch einziehen kann.

Feta zerreißen oder in kleine Würfel schneiden. Schwarze Oliven entkernen, in Stücke schneiden oder reißen. Speck in kleine Würfel schneiden. Sobald die Erdäpfel weich sind, diese mit einer Gabel zerdrücken. Kartoffel, Feta, Speck und Oliven vermischen. Die Masse mit Zitronenschale, Thymian, Salz und Pfeffer abschmecken und in die Zucchinihälften füllen.

Die Zucchini im Rohr ca. 40 min backen, bis das Fruchtfleisch weich und die Fülle goldbraun ist.

Beilagenempfehlung: Im Backrohr gebratene Tomaten. Dafür Tomaten salzen, mit Olivenöl beträufeln und ca. 15 Minuten mit den Zucchini im Rohr backen.

Bernadette Wurzinger | Pixabay

Zutaten für 4 Personen

- 2 mittelgroße Zucchini
- 500 g Erdäpfel vorwiegend festkochend
- 200 g Feta oder Hirtenkäse
- 50 g gut durchzogener Speck
- 2 Knoblauchzehen
- 1 BIO Zitrone (Schale und Saft)
- Thymianzweige
- ca. 15 schwarze Oliven
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer