Paprika-Zucchini-Röllchen mit Feta

Vegetarisch » Käse-Gerichte

Zutaten (4 Personen)

- » 1 Aubergine(n)
- » Salz & Pfeffer
- » 2 Zwiebel(n)
- » 1 Knoblauchzehe(n)
- » 3 EL Olivenöl
- » 500g Dosentomaten
- » 1 TL Instant-Gemüse-Brühe
- » 2 Paprika
- » 1 Zucchini
- » 200g Schafskäse
- » Basilikum

Bewertung



Beschaffung manchmal im Discounter



Kosten 11-15€



Zubereitungszeit 31-60min

Zubereitung

- 1. Aubergine putzen, waschen und längs in ca. 12 dünne Scheiben schneiden. Mit Salz bestreuen und ca. 20min ziehen lassen.
- 2. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Beides in 1EL heißem Öl andünsten. Tomaten und Brühe zufügen, aufkochen und ca. 5min köcheln. Den Sugo mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 3. Paprika putzen, waschen und längs in je ca. 6 Spalten schneiden. Zucchini putzen, waschen und längs in ca. 12 dünne Scheiben schneiden. Käse in ca. 12 dicke Stifte schneiden. Aubergine trockentupfen. Je ein Käse- und Paprikastück mit je einer Auberginen- und Zucchinischeibe umwickeln. Mit Holzspießchen feststecken.
- 4. Gemüseröllchen in 2EL heißem Öl 5-8min rundherum braten. Mit warmem oder kaltem Tomatensugo servieren. Mit Basilikum garnieren.

Nährwerte: 260kcal/E13g/F18g/KH10g pro Portion

angelegt am: 25.04.2005 Rezept-Nr: 1835

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke