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