

Zwieback-Gemüseauflauf mit Käse

Aufläufe » Brot-Aufläufe

Zutaten (4 Personen)

- » 400g Zucchini
- » 4 Tomate(n)
- » 1 Knoblauchzehe(n)
- » 4 Stück Zwieback/bäcke
- » 40g Parmesan
- » 1 Stiel Rosmarin
- » 4 EL Olivenöl
- » Salz & Pfeffer
- » 1/4l Instant-Gemüse-Brühe

Bewertung



Beschaffung

manchmal im Discounter



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

31-60min

Zubereitung

1. Zucchini und Tomaten in dicke Scheiben schneiden. Knoblauch durch eine Presse drücken. Zwiebacke und Parmesan reiben. Rosmarinnadeln abstreifen. 2EL Öl erhitzen, Knoblauch darin glasig dünsten. Zucchini zufügen. Unter Wenden kurz anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen.

2. Restliches Öl ins Bratfett geben. Tomaten kurz darin schwenken. Mit Salz, Pfeffer und Rosmarin würzen. Mit Brühe ablöschen, kurz aufkochen lassen.

3. Gemüse und Brühe in eine Auflaufform füllen. Mit Parmesan und Zwieback bestreuen. Im vorgeheizten Ofen bei 175°C 15-20min garen. Zwischendurch eventuell abdecken. Mit Rosmarin garnieren.

Nährwerte: 200kcal/E6g/F13g/KH11g pro Portion

angelegt am: 05.07.2004

Rezept-Nr: 1128

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