

## Mini-Zucchini, gefüllt

Für 4 Personen / Zubereitungszeit ca. 40 Min.

Zucchini, klein	2 (~400 g)	waschen, putzen und längs halbieren. In 5 cm lange Stücke schneiden und diese mit einem scharfkantigen Löffel bis auf ca. 1 cm aushöhlen. Die Hälfte des Fruchtfleischs hacken. Backofen auf 200°C vorheizen.
Frühlingszwiebeln	2	waschen, putzen und in feine Ringe schneiden.
Knoblauchzehen	2	schälen und mit
Basilikumblätter	½ Bund	fein hacken.
Getrocknete Tomaten	50 g	mit
Grüne Oliven, entsteint	1 EL	und
Kapern	1 EL	fein hacken. Diese Zutaten mit dem gehackten Zucchiniflesh sowie
Parmesan, frisch gerieben	50 g	
Semmelbrösel	2 EL	und
Olivöl	3 EL	mischen. Mit
Salz + Pfeffer		sowie
Chilipulver	1 Prise	würzen. Käsemasse in den ausgehöhlten Zucchinistückchen verteilen, in eine feuerfeste Form setzen und auf der mittleren Schiene des Ofens ca. 15-20 Minuten backen. Heiß oder abgekühlt genießen!

Der ideale Begleiter

[Sparkling Flight / Flausen im Kopf / Weiß](#)

