

NATÜRLICH PRÜSTEL



Naturkost - Naturwaren

Weinkellerstraße 28

09337 Hohenstein-Ernstthal

Tel. 03723—6794401

www.natürlich-prüstel.de

Zucchini - Mozzarella – Auflauf

Zutaten für 4 Personen

1 Zwiebel, gehackt

2 Knoblauchzehen, zerdrückt

Öl

1 kg Tomaten, (bei Bedarf überbrüht und geschält, kann man aber auch weglassen)

1 TL Gemüseextrakt oder 2 Würfel Gemüsebrühe

1 kg Zucchini, in ½ cm breite Scheiben geschnitten

Salz, Pfeffer

300 g Mozzarella, in dünne Scheiben geschnitten

1 Bund Basilikum, fein gehackt, man kann statt dessen auch 3-4 EL Basilikumpesto verwenden

100 g Parmesan, frisch gerieben oder Emmentaler oder Bergkäse

Zwiebel und Knoblauch in wenig Öl glasig dünsten. Tomaten und Gemüsebrüheextrakt dazugeben und einige Minuten köcheln. Zucchini in wenig Öl anbraten, mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. In eine Auflaufform die Hälfte der Tomatensauce geben, darauf die Hälfte der Zucchinis Scheiben und abschließend die Hälfte der Mozzarellascheiben

verteilen. Mit Basilikum bestreuen. In der gleichen Reihenfolge die restlichen Zutaten einschichten. Die letzte Schicht dick mit Käse abdecken.

Bei 180-200 Grad etwa 30 Minuten backen.

Dazu passt Frisches Baguette oder Ciabattabrot