Zucchinistifte Auflauf

Der Zucchinistifte Auflauf ist vitaminreich und leicht verdaulich. Ein typisches Sommergericht mit schmackhaftem, frischem Gemüse aus dem eigenen Hausgarten.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 30 min

Gesamtzeit: 45 min



Zutaten

600 g	Zucchini
2 Stk.	Lauchzwiebeln
2 Stk.	Kartoffeln
	Salz und Pfeffer
150 g	Schafskäse
200 ml	Schlagobers
	Butter (für die Auflaufform)
1 Stk.	Auflaufform

Zubereitung

1. Der **Zucchinistifte Auflauf** ist eine schnell zubereitetes Sommergericht. Dafür die Zucchini zuerst waschen, putzen, und in Stifte raspeln. Eine flache Auflaufform mit Butter einfetten. Den Lauchzwiebel säubern und putzen, in feine Ringe schneiden. Kartoffel schälen, waschen und mit einem Reibeisen reiben. Das Gemüse in die Form geben und vermischen. Schafskäse zerbröseln und darüber streuen.

2. Schlagobers mit Salz und Pfeffer würzen, und in die Form gießen. Im vorgeheizten Backrohr bei 200 C° auf mittlerer Schiene ca. 25-30 Min. überbacken.

Tipp

Wer keinen Schafskäse mag kann den Zucchinistifte Auflauf auch mit würzigem Hartkäse zubereiten.