Gemüseauflauf

Gesund, lecker und super zu variieren: Rezept für den beliebten Gemüseauflauf, hier mit Zucchini und mediterranen Kräutern.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 30 min

Gesamtzeit: 45 min



Zutaten

550 g	Zucchini
2 Stk.	Zwiebel
4 Stk.	Tomaten
1 Bund	Petersilie
2 Stk.	Knoblauchzehe
1 Prise	Thymian
1 Prise	Rosmarin
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
60 ml	Öl
2 EL	Brösel
1 Handvoll	Käse (gerieben)

Zubereitung

1. Dieses Rezept für **Gemüseauflauf** kann man mit verschiedenen Gemüsesorten abwandeln. Für diese Variante die Zucchini waschen, trocknen und in Scheiben von etwa 1 Zentimeter Breite schneiden.

2. Die Tomaten häuten (gegebenenfalls mit heißem Wasser überbrühen), ebenfalls in 1 Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Die Zwiebeln abziehen und in feinere Scheiben schneiden. Die Knoblauchzehen schälen und zerdrücken. Die Petersilie waschen, trocknen und fein hacken. Den Ofen auf 200 Grad vorheizen.

3. Eine Auflaufform gut einfetten. Das Gemüse nach Belieben sortenweise einschichten oder bunt vermischen. Petersilie, Rosmarin und Thymian dazwischen verteilen und mit Pfeffer und Salz würzen. Mit etwas Öl beträufeln. Die Semmelbrösel und den geriebenen Käse über dem Auflauf verteilen.

4. Etwa eine halbe Stunde lang backen lassen. Sollte der Auflauf zu stark bräunen, mit Alufolie abdecken und fertig backen.

Tipp

Der Gemüseauflauf ist auch ohne Beilage ein vollwertiges Essen. Man kann aber Salzkartoffeln oder einen Salat dazu servieren.