Reisauflauf mit Zucchini

Einfacher geht's nicht: Das Rezept für den Reisauflauf mit Zucchini braucht nur wenige Zutaten und ist ganz leicht zuzubereiten.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 30 min

Koch/Backzeit: 30 min

Gesamtzeit: 60 min



Foto: Carissa Rogers

Zutaten

1 Stk.	Zucchini
1 Tasse	Reis
2 Stk.	Eier
1 Stk.	Zwiebel
4 EL	Käse (gerieben)
2 Tassen	Wasser
1 EL	Olivenöl
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 EL	Butter (zum Einfetten)

Zubereitung

1. Für den Reisauflauf mit Zucchini den Reis mit dem Wasser in einen Topf geben, erhitzen und darin körnig kochen. In der Zwischenzeit den Backofen auf 180°C vorheizen.

2. Zwiebel schälen und fein hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin glasig dünsten. Vom Herd nehmen. Zucchini waschen und grob raspeln. Käse reiben.

3. Reis, Zucchini und Zwiebeln miteinander vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Eier verquirlen und unter die Reismischung rühren. Käse untermengen.

4. Eine Auflaufform mit Butter einfetten und mit der Reismasse füllen. Im Ofen ca. 30 Minuten

backen. Herausnehmen und sofort servieren.

Tipp

Den Reisauflauf mit Zucchini nach Belieben mit Schinkenwürfeln, frischen Kräutern oder weiteren Gemüsesorten verfeinern. Das zusätzliche Gemüse - falls nötig - vorgaren, damit die Garzeit im Ofen nicht überschritten wird.