

Zucchini-Feta-Auflauf mit Porree



Zutaten für 1 Portion

- 150 g Feta
- 1 Ei
- 150 g Zucchini
- 120 g Porree
- 1/2 rote Zwiebel
- 1 EL Olivenöl
- 2 EL Sahne
- 1/2 Knoblauchzehe
- Oregano, fein gehackt
- Thymian, fein gehackt
- Limettensaft
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung

Die Zwiebel in feine Streifen schneiden. Das Gemüse putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Dann alles zusammen in eine Auflaufform geben. Mit Salz, Pfeffer sowie einem Teil des Oregano und Thymians abschmecken.

Den Feta über das Gemüse bröseln und den Auflauf für 20–25 Minuten bei 160–170°C auf der mittleren Schiene im Ofen überbacken.

Für den Dip Knoblauch fein hacken. Das Ei zusammen mit dem Öl, der Sahne sowie 1 bis 2 Spritzern Limettensaft zu einer cremigen Sauce aufschlagen. Dann die Kräuter und Gewürze unterrühren. Den Dip zusammen mit dem Auflauf auf einem Teller anrichten und servieren.

Rezeptvariationen

Anstelle von Feta kann auch Hartkäse, wie z.B. Parmesan (von Ziege oder Schaf), zum Überbacken eingesetzt werden.

Alternativ kann der "Dip" auch direkt bei der Zubereitung über das Gemüse gegeben und mit überbacken werden.