

Low Carb Zucchini Cannelloni



Schwierigkeitsgrad
leicht



Portion/ Größe
4 Portionen



Zubereitungszeit
45 Minuten



Backzeit
25 Minuten



Temperatur
200° Umluft

Zutaten

2 Zucchini
2 große Tomaten
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
100 ml passierte Tomaten
1 Tl. Tomatenmark
1 El. Olivenöl
Salz, Pfeffer, Basilikum, Oregano

Außerdem
Olivenöl
Parmesan zum Bestreuen

Füllung

250 gr körniger Frischkäse/ Hüttenkäse
50 gr Blattspinat (TK)
50 gr Parmesan
1 Ei



Zubereitung

Ofen auf 200° Umluft vorheizen. Spinat auftauen lassen.

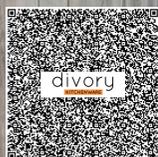
Zucchini waschen, trocknen und mit einem Gemüseschäler der Länge nach in dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben auf ein Brett nebeneinander legen und mit Salz bestreuen. Kurz ziehen lassen.

Währenddessen Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Tomaten waschen und würfeln. Diese mit Zwiebeln, Knoblauch, Tomatenmark und Olivenöl in eine Schüssel geben und miteinander gut vermengen. Mit Salz, Pfeffer, Basilikum und Oregano abschmecken. Zum Schluss mit passierten Tomaten verrühren.

In einer anderen Schüssel Frischkäse mit Spinat, Parmesan und Ei verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Eine Auflaufform mit Olivenöl besprühen. Tomatensauce reingeben. Den ausgetretenen Saft von den Zucchinis mit Küchenpapier aufsaugen. Jetzt fangen wir mit der Füllung an: dazu je 1 Tl. Frischkäsefüllung auf jede Zucchinis Scheibe geben und aufrollen, wie ein Pannekuchen. Die Röllchen in die Form reinlegen. Mit ein wenig Olivenöl besprühen und mit Parmesan bestreuen.

Im Ofen ca. 20- 25 Minuten backen. Zum Schluss 5 Minuten bei Grillfunktion bräunen.



-15%
RABATT

auf alle Teile von Divory bei AMAZON



Code: **KAISERLICH**

Noch mehr kaiserliche Rezepte auf
www.kaiserlichgekocht.com

