

Zucchini, gefüllt mit Sauerampfersauce

119

Typ: Gemüse

Quelle: E&T April 1986

Bemerkungen:

Zutaten: Für 4 Portionen:

500 g Kartoffeln
Vollmeersalz
4 Zucchini (ca. 750 g)
100g Butter
50 g jungen Gouda
2 Eigelb (Gew.-Kl. 2)
80 g Pinienkerne
40 g Parmesan (gerieben)
1 Zwiebel
2 Handvoll Sauerampfer
1/8 L Schlagsahne
Zitronensaft

Rezept:

1. Kartoffeln schälen, waschen und in Salzwasser 20 Minuten kochen.
 2. Zucchini längs aufschneiden und aushöhlen, das Innere hacken und mit den Kartoffeln noch 5 Minuten kochen.
 3. Zucchinihälften salzen, in 40 g Butter von jeder Seite 5 Minuten dünsten.
 4. Zucchini in eine ausgebutterte Auflaufform legen, mit geraffelem Gouda austreuen.
 5. Kartoffeln und Zucchini-fleisch durchpressen, mit Eigelb, 50 g gemahlenen Pinienkernen und. Parmesan verrühren, würzen.
 6. Kartoffelmasse in die Zucchinihälften spritzen.
 7. 15 Minuten bei 175 Grad (Gas 2) überbacken, mit restlichen gerösteten Pinienkernen bestreuen.
 8. Für die Sauce Zwiebelwürfel in 20'g Butter glasig dünsten, fein geschnittenen Sauerampfer und Sahne zugeben, 5 Minuten offen kochen. Restliche Butter mit dem Schneidstab einarbeiten, mit Salz und Zitrone würzen.
- Vorbereitungszeit: 45 Min. Garzeit: 15 u. 5 Min. Umluft: 20 Min. bei 150° Pro Portion etwa 17g Eiweiß, 53 g Fett, 46 g Kohlenhydraten = 2907 Joule 695 Kalorien) 23