

Gasthof Kreuz Frastanz

Zucchini – Fetaauflauf

Zutaten für 4 Personen:

500 gr. Zucchini
300 gr. Feta (Griechischer Schafkäse)
150 gr. Topfen
1/8 lit. Sahne
4 Eier
Frische Kräuter (Schnittlauch, Petersil, Bärlauch, Majoran usw.)
Salz Pfeffer
Olivenöl zum Formen ausstreichen

Zubereitung:

Zucchini in feine Streifen schneiden oder mit grobem Hobel reiben, mit etwas Salz marinieren, in ein Sieb geben, ca. 10 Minuten Wasser ziehen lassen und vorsichtig gut ausdrücken.

Während dessen Feta zerdrücken, mit Topfen, Sahne und Eiern verrühren, mit frischen Kräutern und Pfeffer würzen, (nicht salzen, da der Fetakäse bereits salzig ist). Die gut ausgedrückten Zucchini unter die Masse ziehen, in feuerfeste, mit Olivenöl ausgestrichene Formen füllen und im vorgeheizten Rohr mit Umluft bei 170 – 180° ca. 30 Minuten backen.

Auflauf vorsichtig mit einem spitzen Messer ringsum lösen, auf ein Küchentuch stürzen und mit der gebackenen Seite nach oben anrichten.

Als Beilage empfehle ich Petersilkartoffeln oder Blattsalate. Sehr gut passt auch Creme fraiche dazu.

Ps.: In einer kleinen Darioformen gebacken (ergibt ca.10 - 12 Port.) mit einem kleinen Blattsalat ist dies auch eine feine Vorspeise.