



ORIENTALISCHE ZUCCHINI-SCHIFFCHEN AUF KARTOFFELN



Für 6 Personen

ZUTATEN

Für die Zucchini-Schiffchen:

3 mittelgroße Zucchini
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
300 g Lamm- oder Rinderhack
100 g Feta
1 Ei
3 EL fein gehackte Blatt Petersilie
1 EL fein gehackte Pfefferminze
70 g Mandelstifte
700 g Kartoffeln
5 frische Lorbeerblätter
3 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer, gemahlener Kreuzkümmel, Muskatnuss, Schwarzkümmel

Für die Tomatentunke:

2 große reife Tomaten
1 kleine Knoblauchzehe
1 TL Harissa-Paste
1 Prise Zimt, Zucker

ZUBEREITUNG

Die Zucchini waschen, längs halbieren und mit einem Löffel etwas aushöhlen. Das Zucchiniflesh anderweitig (z. B. für eine Gemüsesuppe) verwenden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen, beides klein würfeln und zusammen mit dem Hackfleisch in eine Schüssel geben. Den Fetakäse darüberkrümeln. Das Ei zusammen mit der fein gehackten Petersilie und Minze untermischen. Mit Salz, Pfeffer und ca. 1 TL gemahlenem Kreuzkümmel würzen. Die Zucchini mit der Hackfleischmasse füllen und die Mandelstifte auf die Füllung drücken.

Die Kartoffeln waschen und mit der Schale mithilfe eines Hobels in feine Scheiben schneiden. Mit den Lorbeerblättern und dem Olivenöl in eine Schüssel geben und mit Salz, Pfeffer, geriebener Muskatnuss und ½ TL Schwarzkümmel würzen. Die Kartoffeln auf einem Backblech verteilen. Die gefüllten Zucchini daraufsetzen. Im Backofen auf Einschubhöhe 2, CircoTherm-Heißluft 180 °C, Dampfintensität mittel, 20 Minuten garen. Die Tür kurz öffnen, um die Feuchtigkeit herauszulassen. Weitere 10–15 Minuten ohne Dampf fertig garen.

Für die Tomatentunke die Tomaten waschen, halbieren, den Stielansatz entfernen und zusammen mit den übrigen Saucenzutaten in den Mixer geben, gut durchmischen und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zimt und Zucker abschmecken. Wer die Sauce schärfer mag, der gibt noch etwas Harissa-Paste dazu. Die Sauce zu den Zucchini-Schiffchen reichen.

Tipp: die Kartoffeln können gemeinsam mit den Zucchini-Schiffchen gegart werden. Das spart Zeit und Energie!