

Gefüllte Zucchini mit Tomatensauce und Reis

Zutaten (4 Portionen)

Füllung

- 1 Zucchini
- 2 Fleischtomaten
- 100 g Schafskäsewürfel
- 8 Minimozzarella - Kugeln
- 4 EL geriebener Mozzarella
- 2 TL geriebener Parmesan
- Salz, Pfeffer
- 1200 g Wasser
- 150 g (1 Tasse) Reis
- 1 kleine Zwiebel
- 10 g Olivenöl
- 200 g passierte Tomaten
- ½ TL Zucker
- ½ - 1 TL Salz



Zubereitung

Zucchini längs halbieren und so aushöhlen, dass ein ca. 1 cm dicker Rand entsteht. Von den Tomaten einen Deckel abschneiden und das Innere entfernen. Zucchini-Fruchtfleisch und Tomateninneres 15 Sekunden / Stufe 5 zerkleinern. Schafskäse, Mozzarella-Kugeln, 2 EL geriebenen Mozzarella, Parmesan, Salz und Pfeffer zugeben, 10 Sekunden / Stufe 4 zerkleinern.

Die ausgehöhlten Zucchini-Stücke und Tomaten damit füllen und in den Varoma-Behälter legen.

Wasser in den Mixtopf geben, Gareinsatz einhängen, Reis einwiegen, Varoma aufsetzen und 24 Minuten / Varoma / Stufe 1 garen.

Varoma absetzen, restlichen geriebenen Mozzarella auf Zucchini und Tomaten verteilen und warm stellen. Gareinsatz entnehmen und Reis warm stellen, Mixtopf leeren und Garflüssigkeit auffangen.

Zwiebel in den Mixtopf geben, 5 Sekunden / Stufe 5 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. Olivenöl zugeben und 3 Minuten / 120°C / Stufe 1 dünsten. Passierte Tomaten, Tomatenmark, 100 g Garflüssigkeit, Zucker und Salz zugeben und 3 Sekunden / Stufe 6 verrühren, dann 5 Minuten / 100°C / Stufe 1 garen. Sauce abschmecken und mit dem Reis und den gefüllten Zucchini und Tomaten servieren.



9 von 10 Punkten erreicht !