



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Kochrezepte

Käsezucchini

Peynirli Kabak Ogreten



4 zum Füllen geeignete Zucchini
250 g geriebene Schafskäse
2 EL Margarine
½ l Milch
1 EL Mehl
200 g Käse
1 TL Pfeffer
1 KL Salz
1 Ei
3-4 Dill

- # Zucchini der Länge nach in Zwei teilen
- # Das innere ein wenig aushöhlen.
- # In ein wenig wasser die Zucchini halbweich kochen.
- # Nebenbei Öl und Mehl andünsten, nach und nach Milch angießen und wenn es eine puddingähnliche Konsistenz erreicht hat vom Herd nehmen. Somit hätten wir unsere Bechamelsauce zubereitet.
- # Sauce abkühlen dann ein Ei einschlagen, Salz und Pfeffer einstreuen und gut untermischen.
- # In die Einhöhlung der Zucchini die Mischung aus feingekacktem Dill und Schafskäse füllen.
- # In ein Backblech einreihen.
- # Darüber die vorbereitete Bechamelsauce gießen.
- # Die Zucchiniöffnung mit einer Scheibe Käse abdecken.
- # Bei 200 Grad im Backofen knusprig backen.

Tipp: Die Gerichte, die mit Bechamelsauce zubereitet werden nennt man in der Regel ögreten.