

Hörnli-Zuchetti-Auflauf

Rezept für 4 Personen

250	g	Hörnli
180	g	Saurer Halbrahm
1	Bund	Petersilie
1	Bund	Basilikum
1	EL	Maizena
2	Stk	Eier
		Salz, Pfeffer, Muskatnuss
100	g	Speckwürfeli
1	Stk	Zwiebel
1	Stk	Knoblauch
500	g	Zucchini



Zubereitung

Gratinform leicht ausbuttern.

Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Hörnli in genügend Salzwasser „al dente“ kochen. In ein Sieb abschütten, mit kaltem Wasser abspülen und auskühlen lassen.

Petersilie und Basilikum fein hacken. Zwiebel und Knoblauch schälen und ebenfalls fein hacken.

Zucchini in 0.5 cm grosse Würfel schneiden.

Speckwürfeli ohne Fettzusatz in der Bratpfanne anbraten. Zwiebel, Knoblauch und Zucchettiwürfeli begeben und kurz mitbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Bratpfanne beiseite stellen und auskühlen lassen.

In der Zwischenzeit Saurer Halbrahm, Maizena und Eier verquirlen. Gehackte Petersilie und Basilikum begeben. Abschmecken mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss.

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und gut vermischen.

Die Masse in die Gratinform füllen und bei 200 Grad ca. 30 Minuten backen.

Tipp

Dieses Gericht kann sehr gut am Vortag vorbereitet werden.

Es können beliebige Gemüsesorten verwendet werden.

Ein bunter Blattsalat passt bestens dazu.

Nährwert pro Portion

Kalorien	441
Kohlenhydrate	48 g
Eiweiss	21 g
Fett	17 g