

# GEFÜLLTE ZUCCHINI-SCHIFFCHEN

Leichtes Sommergericht



## ZUTATEN

4	Strauchtomaten
2	Zwiebeln
6	Fleischtomaten für die Sauce
1 EL	Zucker
½ TL	Brecht Kräutersalz classic
2	große Zucchini
1 TL	Brecht Persische Mischung
200	Reis, parboiled
1 TL	Brecht Hot Chili Gewürzsatz

## FÜR 4 PERSONEN

### ZEIT

40 Minuten

### ZUBEREITUNG

1. Strauchtomaten waschen, Zwiebeln schälen und beides in feine Würfel schneiden, mit etwas Brecht Hot Chili Gewürzsatz würzen und ziehen lassen.
2. Die Fleischtomaten waschen und ebenfalls würfeln. In einem Topf mit 5 EL Wasser aufkochen, mit Zucker und Brecht Kräutersalz abschmecken und pürieren. Zucchini waschen, halbieren und der Länge nach aufschneiden. Mit einem Esslöffel das Innengehäuse heraus schaben, sodass acht Schiffchen entstehen.
3. 400 ml Wasser mit Brecht Persischer Mischung aufkochen, den Reis darin garen.
4. Die Zucchini-Schiffchen in siedendem Wasser blanchieren. Mit einem Küchenpapier abtupfen und mit Brecht Hot Chili Gewürzsatz würzen.
5. Mit Zwiebeln und Tomaten füllen und auf ein Blech legen. Die Schiffchen für ca. 10 Minuten im vorgeheizten Backofen (150°C, Umluft) backen. Pro Person zwei Zucchini-Schiffchen mit Reis und Tomatensauce auf einem Teller anrichten.