

Zucchini - Hack – Pfanne

Zutaten für 4 Portionen:

1 mittlere Zucchini
500 g Gehacktes
3 Tomaten
0,25 l Gemüsebrühe
1 Tl Olivenöl
1 Tl Tomatenmark
Salz, Pfeffer
Etwas Schafskäse
1 Zwiebel
2 Zehen Knoblauch
Paprikapulver

Zubereitung:

Zwiebel würfeln, Knoblauch zerdrücken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Hackfleisch zusammen mit Zwiebel und Knoblauch darin anbraten.

Zucchini waschen, würfeln. Tomaten waschen, den Stielansatz entfernen und ebenfalls würfeln. Beides zu dem Gehacktes geben und ca. 10 Minuten mitdünsten lassen. Dann Tomatenmark und Brühe hinzugeben.

Nach Geschmack würzen und zum Schluss den zerbröselten Schafskäse hinzugeben.

Dazu passt Reis oder auch Baguette

Guten Appetit!

