

Zucchinirollchen mit Rote Linsen-Feta-Füllung

Rezept-Info:

Personenzahl:	4
Menü:	Vorspeise
Zubereitungszeit:	40 Minuten
Schwierigkeitsgrad:	leicht

Zutaten:

60 g	Rote Linsen	1 TI	Kräutersalz
50 g	Zwiebel, gewürfelt	200 g	Zucchini, in Längsscheiben gehobelt
100 ml	Gemüsebrühe oder Wasser	200 g	Feta-Schafskäse, 1cm dicke Streifen geschnitten
3 Ei	Gemischte Kräuter, geschnitten	1 TI	Senf, mittelscharf
1 Ei		1 TI	Rapskernöl, kaltgepresst
1 Zehe	Knoblauch, fein gewürfelt		

Zubereitung:

Rote Linsen, Zwiebelwürfel und Gemüsebrühe in einem geschlossenen Garbehälter vermengen, bei 100°C 8 Minuten garen und anschließend 10 Minuten nachquellen lassen. Nun Kräuter, Ei und die Würzzutaten dazu geben und die Masse auf die Zucchini-scheiben streichen. Einen Fetastreifen auflegen, zusammenrollen, mit Rapskernöl bepinseln und im vorgeheizten Backofen bei 165°C 15 Minuten backen.