

Wir servieren
Ihnen Küchen
für Gourmets

La Cuisine
KÜCHENSTUDIO

74889 Sinsheim
Lange Straße 22
Tel. 07261-13010

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 geholbelt
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 Zucchinischnitten streichen. Einen Fetastreifen auflegen, zusammenrollen, mit Rapskernöl bepinseln und im vorgeheizten Backofen bei 165°C 15 Minuten backen.