



Ratatouille-Feta-Gratin mit Frikadellen

Zutaten

- 300 g Zucchini
- 150 g gelbe Paprikaschoten
- 150 g Kirschtomaten
- 40 g Zwiebeln
- 30 g altbackenes Toastbrot
- 300 g Hackfleisch, gemischt
- 1 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 300 ml Wasser
- 1 Beutel MAGGI Fix für Lasagne
- etwas Salz
- 150 g Fetakäse
- 3 EL Pinienkerne
- etwas Pfeffer

Zubereitung

1. Backofen auf 160°C Ober-/Unterhitze (Umluft 130°C) vorheizen.
2. Zucchini putzen, waschen, längs halbieren, in dicke Scheiben und dann in Würfel schneiden. Paprikaschoten waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in kleine Würfel schneiden. Kirschtomaten waschen und halbieren.
3. Zwiebeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Toastbrot in kleine Würfel schneiden. Hackfleisch mit Zwiebeln, dem gewürfelten Toastbrot, Salz und Pfeffer gut vermengen und 6 Frikadellen daraus formen.
4. In einer Pfanne THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen und die Frikadellen von beiden Seiten braun anbraten. Herausnehmen und beiseite stellen. Im Bratsatz Zucchini und Paprika anbraten.
5. Wasser zugießen, MAGGI Fix für Lasagne einrühren und aufkochen. Bei mittlerer Wärmezufuhr ca. 5 Min. kochen. Gelegentlich umrühren. Tomaten zugeben und alles in eine Auflaufform (ca. 30 x 20 cm) geben. Die Frikadellen daraufsetzen.
6. Feta-Käse mit einer Gabel zerdrücken. Pinienkerne und Feta-Käse über dem Gratin verteilen und im Backofen ca. 20 Min. backen. Danach noch kurz die Grillfunktion zu schalten, bis der Feta leicht gebräunt ist. Servieren Sie dazu Baguette oder Reis.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	17 g
Energie	543 kcal
Fett	37 g
Protein	34 g

🕒 55 Minuten

⊕ 3 Portionen