

Süßkartoffel-Auflauf mit Feta

Zutaten

- 500 g Süßkartoffeln
- 150 g Lauch
- 200 g Zucchini
- 200 g Fetakäse
- 1 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 400 ml Wasser
- 1 Beutel MAGGI Fix für Tomaten-Bolognese

Zubereitung

1. Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze (170°C Umluft) vorheizen.
2. Süßkartoffeln schälen und in 2 x 2 cm große Würfel schneiden. Lauch putzen, waschen und in Ringe schneiden.
3. Zucchini putzen, waschen und in viertel Scheiben schneiden. Feta-Käse zerbröseln.
4. In einer Pfanne THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Lauch und Zucchini darin anbraten. Süßkartoffeln zugeben und mitbraten.
5. Wasser zugießen und MAGGI Fix für Tomaten-Bolognese einrühren und aufkochen. Alles in eine Auflaufform (ca. 30 x 20 cm) umfüllen. Fetakäse darüber streuen und im vorgeheizten Backofen ca. 30 Min. überbacken.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	54 g
Energie	485 kcal
Fett	21 g
Protein	17 g

🕒 49 Minuten

⊕ 3 Portionen