

Gefüllter Patisson (für 2 Personen)

1 Patisson (ich hatte ein eher hohes Exemplar von ca 1 kg Gewicht, nach dem Aushöhlen 450 gr.)
100 gr. Bio-Tofu oder 150 – 200 gr. Hackfleisch gemischt
1 Zwiebel
1 Ei
1 Peperoni frisch oder getrocknet
100 gr. Champignons
Gartenkräuter, Salz, Pfeffer, gem. Kümmel, 2 Knoblauchzehen
Käse geraspelt

Zwiebel, Peperoni, Champignons und die verschiedenen Kräuter (Petersilie, Schnittlauch, Basilikumpesto, Thymian) kleinschneiden und mit dem gewürfelten Tofu oder dem Hackfleisch kurz in einer Pfanne anbraten und mit Pfeffer, Salz und etwas gemahlenem Kümmel sowie dem Ei vermischen (das Ei ist auch verzichtbar).

Vom Patisson das obere Drittel abschneiden, die Kerne entfernen und ihn vorsichtig mit einem Löffel aushöhlen. (Das Fruchtfleisch und den Deckel anderweitig verwenden). Dann die Mischung einfüllen und im Backofen bei ca. 200 Grad Umluft ca. 30 Minuten backen. Reichlich geraspelten Käse darauf streuen und nochmals überbacken.

Wir haben Zaziki dazu gegessen (Ziegenfrischkäse mit geraspelter Gurke, Knoblauch und Gewürzen)
Im Bild 2 Portionen



Rezept Marlene, Foto Hans Joachim