

ZUCCHINI-LASAGNE-RÖLLCHEN

MIT TOMATENSAUCE



ZUTATEN

1 große Zucchini
200 g Ricotta
40 g geriebener Parmesan
1 Karotte
1 kleine Zwiebel
400 ml passierte Tomaten
1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl
Salz & Pfeffer
Italienische Kräuter
für ca. 2-3 Portionen

ZUBEREITUNG

Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Zucchini mit einem Gemüsehobel längs in dünne Streifen schneiden. Die Streifen kurz in einer Pfanne anbraten, damit sie sich leicht aufrollen lassen.

Die Karotte fein raspeln, mit Ricotta, Parmesan sowie etwas Salz und Pfeffer vermengen. Zwiebel und Knoblauch fein würfeln und in Olivenöl glasig anschwitzen. Die passierten Tomaten dazugeben, mit Salz, Pfeffer und italienischen Kräutern würzen und 10 Minuten köcheln lassen.

Jeweils einen Löffel der Ricotta-Mischung auf einen Zucchiniestreifen geben, aufrollen und die Röllchen mit der Naht nach unten in eine Auflaufform setzen. Die Tomatensauce darüber verteilen und nach Belieben mit Mozzarella bestreuen. Im Ofen 20-25 Minuten backen, bis die Sauce leicht blubbert und der Käse goldbraun ist.