

Gasthof Kreuz Trautz

Gefüllte Zwiebeln auf Provencialischem Gemüse

Zutaten für 4 Personen:

Gefüllte Zwiebeln:

8 – 12 Zwiebeln (je nach Größe)
600 gr. Faschiertes (Rind, Schwein,
gemischtes oder Lamm)
100 gr. Olivenöl
150 gr. gekochten Reis
eventuell 2 Eier
Salz, Pfeffer, frische Kräuter
(Thymian, Origano, Petersil usw.)
Knoblauch
100 gr. Brösel
100 gr. Parmesan gerieben
100 gr. Butter für Butterflocken

Provencialisches Gemüse:

150 gr. Fenchel in Streifen
150 gr. bunte Paprikawürfel
150 gr. Zucchini in Streifen
150 gr. Tomaten in Würfeln
150 gr. Tomaten passiert oder
Tomatensaft
Salz, Pfeffer, frische Kräuter
(Thymian, Majoran, Origano,
Lavendel, Petersil, Schnittlauch usw.)

Gefüllte Zwiebeln:

Zwiebeln schälen und ca. 10 Minuten in kochendem
Salzwasser blanchieren, aus dem Wasser nehmen und in
kaltem Wasser abschrecken, gut abtropfen lassen und mit
einem kleinem Messer oder Löffel aushöhlen. Das
ausgehöhlte Zwiebelfleisch hacken und in Olivenöl leicht
anrösten. Ca. die Hälfte der angerösteten Zwiebeln zum
Hackfleisch geben. Die restlichen Zwiebeln für das Gemüse
verwenden. Das Hackfleisch würzen mit Salz, Pfeffer,
Knoblauch und Kräutern, binden mit gekochtem Reis,
eventuell Eier dazugeben, gut verrühren und diese Masse in
die ausgehöhlten Zwiebeln erhaben füllen. Brösel und
Parmesan mischen, gefüllte Zwiebeln damit bestreuen und
Butterflocken oben aufsetzen.

Provencialisches Gemüse:

Zu den restlichen angeschwitzten Zwiebeln Fenchel dazu
geben, kurz anziehen, dann die Paprikawürfel und die
Zucchiniestreifen dazu geben, am Schluss die Tomatenwürfel
und die Kräuter dazugeben, würzen mit Salz und Pfeffer,
passierte Tomaten dazugeben, einmal kurz aufkochen lassen.

Das Gemüse in eine feuerfeste Form geben, (Auflaufform,
Jenaglas usw.), die gefüllten Zwiebeln draufsetzen und im
vorgeheizten Rohr bei ca. 200° Umluft backen.