



ZUCCHINIAUFLAUF MIT QUINOA



QimiQ VORTEILE

- Alkohol-, hitze- und säurestabil
- Voller Geschmack bei weniger Fett
- Problemloses Wiedererwärmen möglich



25



leicht

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

250 g	QimiQ Sahne-Basis
40 g	Zwiebel(n), fein gehackt
60 g	Champignons, fein geschnitten
30 g	Lauch, fein geschnitten
150 g	Quinoa
4 EL	Olivenöl
125 ml	Weißwein
150 g	Passierte Tomaten
	Salz
	Schwarzer Pfeffer, frisch gerieben
0.5 TL	Thymian, getrocknet
0.5 TL	Oregano, getrocknet
60 g	Parmesan, gerieben
2	Zucchini
1	Aubergine/Melanzani
4 EL	Olivenöl
2	Paprikaschote(n)
	Parmesan, gerieben

ZUBEREITUNG

1. Backofen auf 180 °C (Ober- und Unterhitze) vorheizen.
2. Zwiebeln mit Champignons, Lauch und Quinoa in heißem Olivenöl ansautieren.
3. Mit Weißwein ablöschen, QimiQ Sahne-Basis, Passierte Tomaten, Gewürze und den geriebenen Parmesan dazugeben und auf die Seite stellen.
4. Zucchini und Auberginen der Länge nach in Scheiben schneiden und beidseitig kurz in Olivenöl anbraten.
5. Paprika vierteln, entkernen und ebenfalls in Olivenöl anbraten.
6. Das gebratene Gemüse abwechselnd mit der Quinoa Mischung schichtweise in eine Auflaufform geben, mit Parmesan bestreuen und im vorgeheizten Backofen ca. 25 Minuten backen.