



Patrick Schmidt

Gefüllte Zucchini mit Kokos-Ratouille

Zutaten für zwei Personen

Für die Zucchini:

- 1 mittelgroße Zucchini
- 1 Knoblauchzehe
- 50 g Butter
- 1 Ei
- 30 g Cornflakes
- 1 Scheibe Vollkornbrot (mit Kernen)
- 10 g Pinienkerne
- 10 g Parmesan
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Olivenöl, für die Backform

Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Zucchini waschen, von den Enden befreien und halbieren.

Mit einem Esslöffel Zucchini aushöhlen und Fruchtfleisch aufbewahren.

In einer Schüssel Cornflakes und Vollkornbrot fein zerbröseln. Pfanne erhitzen, Pinienkerne kurz anrösten. Knoblauch abziehen und fein hacken. Parmesan reiben. Pinienkerne, Knoblauch, Butter und Parmesan in die Schüssel geben. Ei aufschlagen, ebenfalls dazugeben und alles zu einem Teig kneten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Beide Hälften der Zucchini damit füllen und die Füllung andrücken. Für 20 Minuten in einer geölten Backform backen.

Für das Ratatouille:

- 1 Zucchini
- 1 kleine Aubergine
- 400 g gehackte Tomaten
- 1 große rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 300 g Kokosmilch
- 20 g Tomatenmark
- 100 ml Rotwein
- 1 Bund Basilikum
- 2 g getrockneter Oregano
- 2 g getrockneter Thymian
- Olivenöl, zum Anbraten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch und Zwiebel abziehen und hacken. Zucchini halbieren und das Fruchtfleisch herauslösen. Zusammen mit Zwiebel und Knoblauch hacken. Aubergine waschen, von den Enden befreien, vierteln und in dünne Streifen schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und alles darin scharf anbraten. Tomatenmark dazugeben und vermengen. Mit Rotwein ablöschen und diesen verkochen lassen. Basilikum abrausen und trockenwedeln. Einen Zweig zur Seite legen, den Rest fein hacken. Gehackte Tomaten mit Basilikum, Oregano und Thymian mit in die Pfanne geben und die Flüssigkeit reduzieren lassen. Löffelweise Kokosmilch hinzugeben, bis eine dunkle orange Farbe erreicht wird. Solange kochen lassen, bis das Ratatouille kurz am Kochlöffel hängen bleibt und vom Herd nehmen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit der Zucchini und Basilikum garnieren und servieren.