

Gefüllte Zucchini mit Gambas

Zutaten (für 4 Personen):

- 4 runde Zucchini
- 1 Zwiebel
- 4 Zehen Knoblauch
- 100 ml Sahne
- 100 ml Hühnerfond
- 4 EL geriebener Parmesan
- 2 EL Tomatenmark
- 4 große Tomaten
- 12 (mit Schale/ohne Darm) Gambas
- 4 Zweige Zitronen-Thymian
- zum Braten: Alba-Öl

Die Zucchini köpfen und komplett aushöhlen. Das ausgehöhlte Fruchtfleisch fein würfeln. Wenn Sie keine runden Zucchini bekommen, kann man das Ganze natürlich auch mit normalen Zucchini machen.

Zwiebel und 3 Knoblauchzehen schälen, kleinschneiden und in Alba-Öl anschwitzen. Bevor die Zwiebeln Farbe bekommen, das Innere der Zucchini dazugeben und mit anschwitzen. Sahne und Hühnerfond hinzufügen und um ein Drittel reduzieren lassen. Dann den Parmesan dazugeben und rühren, bis er sich aufgelöst hat. Die Zucchini-Creme in 2 Gefäße geben. Zu einer Creme das Tomatenmark geben und durchmischen, bis eine rote Soße entsteht.

Gambas mit Zitronen-Thymian und dem restlichen Knoblauch in eine Pfanne mit Alba-Öl geben. Kurz anbraten und wenden.

Tomaten waschen, klein schneiden und die Zucchini mit den Soßen und den Tomaten füllen. Mit den Gambas garnieren und servieren.

Sendung/Quelle: Hamburg Journal

Sendetermin: 12.02.2021

Koch/Köchin: Dave Hänsel

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen