



## Gebratener Hirtenkäse

griechischer Art mit Gemüseragout



20-30Min.



2 Personen

Gebratener Hirtenkäse ist ein klassisches Gericht in Griechenland und heißt dort „Saganaki“, also „kleines Pfännchen“. Traditionell wird der Käse in einer kleinen Pfanne mit zwei Henkeln gebraten und serviert. Wir kochen dazu ein leckeres Gemüseragout und zaubern mit diesem Seelenröster den Sommer auf den Tisch!



- 1 Zucchini
- 10g frische Petersilie
- 1 Dose gehackte Tomaten
- 1 Packung Hirtenkäse <sup>7</sup>
- 1 Dose Cannellinibohnen
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Päckchen mediterrane Gewürzmischung
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Weizenmehl <sup>1</sup>

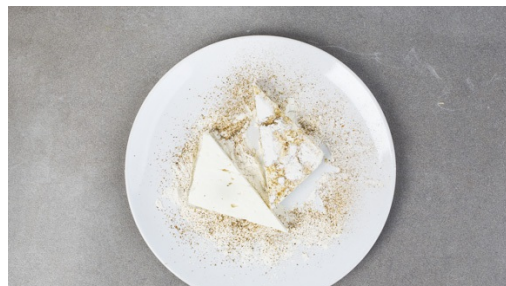
- große Pfanne
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb

**Allergene**  
Gluten (1), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Kalorien 595.0kcal, Fett 33.2g, Eiweiß 33.2g, Kohlenhydrate 40.8g



Die **Zucchinienden** abschneiden und die **Zucchini** in ca. 2cm große Stücke schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein hacken. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in ca. 1cm große Würfel schneiden. Die **Petersilienblätter** von den Stängeln zupfen und grob hacken.



Währenddessen 5-6EL Mehl auf einem großen Teller verteilen und mit der **restlichen Gewürzmischung** verrühren. Den **Käse** mittig durchschneiden und in der **Mehlmischung** wenden, bis er rundum gleichmäßig bedeckt ist.



Die **Zwiebeln** in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze ca. 2Min. scharf anbraten. Die **Zucchini** und den **Knoblauch** zugeben und 1Min. mitbraten.



In einer großen Pfanne ca. 3-4EL Olivenöl stark erhitzen und den **Käse** darin auf jeder Seite ca. 1-2Min. knusprig anbraten.



Das **Gemüse** mit den **Tomaten** und 100ml Wasser ablöschen. Die **Bohnen** in ein Sieb abgießen und zusammen mit der **1/2 der Petersilie** dazugeben. Das **Ragout** mit der **1/2 der Gewürzmischung**, etwas Salz und Pfeffer abschmecken und anschließend ca. 8-10Min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen.



Den **Käse** zusammen mit dem **Ragout** anrichten und mit der **restlichen Petersilie** bestreuen. Die **Zitrone** in Spalten schneiden und zu **Käse** und **Ragout** servieren.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**  
Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf [marleyspoon.de](https://marleyspoon.de) an.    **#marleyspooning**