MARLEY SPOON

Ofen-Grillkäse Shakshuka-Art

mit Paprika, Bohnen und Zucchini

ca. 30min 6 Portionen

Grillkäse ist ein vielseitiger Vertreter der Käsefamilie. Er besteht aus Kuh-, Ziegen- oder Schafsmilch und hat eine etwas elastische Struktur. Das Tolle an Grillkäse ist, dass er nicht schmilzt. Das macht ihn perfekt geeignet fürs Knusprigbacken im Ofen – und genau das machen wir heute. Kombiniert wird der Käse mit einer gut gefüllten Auflaufform mit weißen Bohnen, frischer Zucchini und fruchtiger Paprika.

Was du von uns bekommst

- 3 Paprika
- 3 Zucchini
- 3 Knoblauchzehen
- 3 Pck. Kreuzkümmel-Koriander-Gewürzmischung
- 3 Dosen weiße Bio-Bohnen
- 3 Dosen gehackte Tomaten
- 600g Grillkäse [1]
- 20g Schnittlauch & Dill

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- 2 große Pfannen
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene
Enthält: **Milch** (1).

Nährwertangaben pro Portion
Energie 654kcal, Fett 38.1g, Kohlenhydrate 36.5g, Eiweiß 37.1g

1. Gemüse schneiden

Den Backofen mit Grillfunktion auf 220°C oder mit Ober-/Unterhitze auf 250°C vorheizen. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in dünne Streifen schneiden. Die **Zucchini** in dünne Scheiben schneiden. Den **Knoblauch** schälen und grob würfeln.

2. Gemüse braten

In zwei großen Pfannen jeweils 1½EL Olivenöl bei mittlerer Hitze erwärmen. Die **Paprika**, die **Zucchini** und den **Knoblauch** gleichmäßig auf die Pfannen verteilen, mit je **1 Päckchen Gewürzmischung** und je 1 Prise Salz würzen und das **Gemüse** bei mittlerer Hitze ca. 3Min. anbraten.

3. Ragout köcheln

Die **Bohnen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen, dann mit den **gehackten Tomaten** zum **Gemüse** in die Pfannen geben. Gut umrühren und alles ca. 5Min. köcheln lassen, bis die Flüssigkeit etwas eingedickt ist.

4. Käse schneiden

Den **Grillkäse** der Länge nach in dünne Scheiben schneiden.

5. Käse backen

Das **Ragout** in eine Auflaufform geben, den **Käse** darauf verteilen und mit 2½EL Olivenöl beträufeln. Im Ofen 8–10Min. backen, bis der **Käse** appetitlich gebräunt ist.

6. Kräuter schneiden

Den **Schnittlauch** in kleine Röllchen schneiden. Den **Dill samt Stängeln** fein schneiden. Den **Grillkäse** mit dem **Gemüse** auf Teller verteilen. Nach Belieben mit den **Kräutern** garnieren und servieren.