

## Zucchini-Auflauf mit Tortellini - Thermomix-Rezept



© Zucchini-Auflauf - Rezepte mit Herz



20 Min. + Wartezeit



leicht



4 Portionen

## Familienliebling aus dem Ofen

Zeitmanagement ist für Leserin Ingrun zwingend. Denn sie arbeitet nicht nur an der Grundschule, sie bewirtschaftet auch einen landwirtschaftlichen Betrieb inklusive Ferienwohnungen. Viel zu tun! Dass ihr Ehemann und ihre drei Kinder trotzdem jeden Tag etwas Leckeres frisch zubereitet serviert bekommen – Ehrensache!

Das Lieblingsgemüse der Familie: Zucchini. Mal gibt's die in der Pfanne mit Lauchzwiebeln angebraten und mit Kräutern bestreut. Oder die De-luxe-Version – dann mit Kartoffelpüree und Kräutersauce.

Wenn es ganz flott gehen muss, bereitet Ingrun den Zucchini-Auflauf mit Tortellini zu. Er ist inzwischen zum absoluten Familienliebling avanciert. Weil sich die Familie entschieden hat, ganz bewusst weniger Fleisch zu essen, wird er auch immer mal wieder ohne Kochschinken genossen. Das „Rezepte mit Herz“-Team hat das Rezept probiert und ist total begeistert, dass Ingrun es euch allen verraten möchte. Lecker war's!

Das Rezept haben wir übrigens in unsere Rezeptsammlung **Preiswerte Woche** aufgenommen! Dort findet ihr viele weitere Rezept-Ideen und Tipps für cleveres mixen und sparen - schaut am besten gleich mal rein!



## Zutaten-Einkaufsliste

- |                          |               |                                |
|--------------------------|---------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <b>250 g</b>  | frische Tortellini (Kühlregal) |
| <input type="checkbox"/> | <b>500 g</b>  | Zucchini                       |
| <input type="checkbox"/> | <b>3</b>      | Zwiebeln                       |
| <input type="checkbox"/> | <b>2</b>      | Knoblauchzehen                 |
| <input type="checkbox"/> | <b>20 g</b>   | Butter                         |
| <input type="checkbox"/> | <b>100 g</b>  | Kochschinken                   |
| <input type="checkbox"/> | <b>200 g</b>  | Schlagsahne                    |
| <input type="checkbox"/> | <b>2</b>      | Eier                           |
| <input type="checkbox"/> | <b>1 TL</b>   | Salz                           |
| <input type="checkbox"/> | <b>1/2 TL</b> | Pfeffer                        |
| <input type="checkbox"/> | <b>200 g</b>  | Gratin-Käse                    |
| <input type="checkbox"/> |               | Fett für die Form              |

## Zubereitung

1. Tortellini nach Packungsanweisung garen, abgießen, abtropfen lassen.
2. Zucchini waschen, putzen und in grobe Stücke schneiden. Zwiebeln und Knoblauch abziehen, Zwiebeln vierteln, mit Knoblauch in den Mixtopf geben, 5 Sek./Stufe 5 zerkleinern. Herunterschieben, Butter zugeben und 3 Min./100 °C/Stufe 1 dünsten. Zucchini zugeben, 5 Sek./ Stufe 4 zerkleinern. Dann 7 Min./ Varoma/ Linkslauf/Stufe 1 garen.
3. Backofen auf 200 °C (180 °C Umluft) vorheizen. Schinken klein schneiden. Gemüse in eine gefettete Auflaufform (ca. 30 x 18 cm) geben. Schinken und Tortellini darauf verteilen.
4. Sahne, Eier, Salz und Pfeffer im Mixtopf 5 Sek./Stufe 3 mixen, gleichmäßig über den Auflauf gießen. Mit Käse bestreuen und im heißen Ofen ca. 30 Min. überbacken.

## Nährwertangaben

Pro Portion: ca. 620 kcal – 32 g E – 43 g F – 27 g KH