



Kugelzucchini mit Eierfülle

Zutaten:

4 Kugelzucchini
Salz, Pfeffer
½ TL getrockneter Thymian
½ TL getrockneter Oregano
8 Eier

Zubereitung:

Dann kann man zusätzlich unterschiedliche Zutaten nach Belieben verwenden: Schinken, Räucherlachs, Spinat, Feta, Oliven, Paprika, Lauch, Käse... der Fantasie kann man hier freien Lauf lassen. Pro Zucchini benötigt man 2 EL der gewünschten Einlage.

Den Grill oder auch den Backofen auf etwa 200°C vorheizen. 4 Kugelzucchini vorsichtig aushöhlen. Das Fruchtfleisch kann für etwas anderes verwendet werden. Den Schinken in Streifen schneiden, den Feta zerbröseln. Den Räucherlachs in Würfel schneiden, ebenso die Tomate. Die Eier verquirlen und mit Salz Nadel Pfeffer abschmecken. Die Zucchini innen etwas salzen. Die verquirlten Eier auf die Zucchini verteilen und dann nach Wunsch mit Schinken, Räucherlachs, Feta vermischt mit Thymian, Oregano,... garnieren. Man kann das Ei auch „natur“ lassen. Dann im Grill bei indirekter Hitze oder im Backofen etwa 25 Minuten garen. Eventuell mit einem kleinen Salat garnieren.