

## Gefüllte scharfe Zucchini

für 4 Portionen

### Zutaten:

- 1 kleine Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 4 EL Margarine
- 200 g Sojagranulat (oder Tofu-Gehacktes)
- 4 mittelgroße Zucchini
- Thymian- und Majoranblättchen
- Pfeffer
- SOSO Kräutersalz
- 2 EL Mehl
- 200 ml Sojadrink
- 2 EL Hefeflocken
- 2 -3 TL mittelscharfer Senf
- 80 g geriebener Käse
- 600 g kleine Kartoffeln
- 2 EL gehackte, gemischte Kräuter



### Zubereitung:

1. Zwiebel und Knoblauch abziehen, Zwiebel fein würfeln und Knoblauch zerdrücken. 1 Esslöffel Margarine erhitzen, Sojagranulat nach Packungsanweisung vorbereiten, Zwiebel und Knoblauch dazugeben und anbraten.
2. Zucchini waschen, putzen, der Länge nach halbieren, das Fruchtfleisch bis auf einen circa 1 Zentimeter breiten Rand herauslösen und klein schneiden. Fruchtfleisch und Kräuter zu dem Sojahack geben, die Mischung mit Pfeffer und SOSO Kräutersalz abschmecken und in die Zucchinihälften füllen. Zucchini in eine große Auflaufform oder auf ein tiefes Backblech legen.
3. 2 Esslöffel Margarine in einem Topf schmelzen. Mehl dazugeben und anschwitzen. Sojadrink angießen und aufkochen. Hefeflocken unterrühren und die Soße mit Senf, Salz und Pfeffer abschmecken. Soße auf der Zucchinifüllung verteilen, mit Käse bestreuen und im vorgeheizten Backofen bei 180 °C (Gas: Stufe 3, Umluft 160 °C) circa 30 Minuten garen.
4. Kartoffeln schälen, in Salzwasser circa 15 bis 20 Minuten garen und abtropfen lassen. Restliche Margarine erhitzen, Kartoffeln dazugeben, goldbraun rösten und mit Salz und Pfeffer würzen und mit gehackten Kräutern verfeinern.
5. Gefüllte Zucchini und Kartoffeln auf Teller anrichten und servieren.