REZEPT

Feta-Hackfleisch-Auflauf

von Sabrina MITTEL

ZUBEREITUNG	KOCHEN	KALORIEN PRO PORTION	PORTIONEN
0 min	0 min	743 kcal	20

Zutaten

FÜR 20 PORTIONEN

1000 g	Langkornreis (ungekocht)
2000 g	Hackfleisch (Rind)
500 g	Tomaten
20 St.	Frühlingszwiebeln
2000 g	Zucchini
1500 g	saure Sahne
20 EL	Tomatenmark
1000 g	Feta
10 TL	Oregano
10 TL	Majoran
10 TL	Basilikum
10 TL	Pfeffer
10 TL	Cayennepfeffer
20 TL	Salz

Anleitung

1. Reis nach Packungsanweisung zubereiten.
2. Alle Zutaten (ausser den Reis) braten und saure Sahne einkochen lassen.
3. Alles in eine Auflaufform schichten, etwas geriebenen Käse und Paniermehl darüber streuen und bei 200°C im Ofen backen bis der Käse geschmolzen ist.