



HERZHAFT

Gefüllte Champignons mit Hafergrütze

Zutaten

- 100 g [SchapfenMühle Hafergrütze](#)
- 200 g Gemüsebrühe
- 15 Champignons, groß
- Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Karotte
- 50 g Lauch
- Salz
- Pfeffer
- Paprika, edelsüß
- 100 g Schmand
- 1TL Kräuter, tiefgekühlt
- 75 g Feta-Käse

Zubereitung

Backofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Hafergrütze mit Gemüsebrühe ca. 15 Minuten köcheln, danach vom Herd nehmen und quellen lassen.

Champignons putzen und die Stiele entfernen. Den Hut mit der Öffnung nach oben in eine Auflaufform setzen, mit Olivenöl beträufeln und im Ofen ca. 5 Minuten backen.

Knoblauch pressen, Karotte schälen und raspeln und Lauch klein schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Knoblauch, Karottenraspeln und Lauch bei mittlerer Hitze andünsten. Mit Salz, Pfeffer und Paprika edelsüß würzen.

Hafergrütze in eine Schüssel geben und den Karotten-Lauch-Mix, Schmand und Kräuter hinzufügen und zu einer gleichmäßigen Masse verrühren.

Feta-Käse zerbröseln.

Die Auflaufform mit den Champignonhüten aus dem Ofen nehmen.

In die Öffnung der Hüte die Masse geben und ein Stück Feta daraufsetzen. Danach weitere 10 Minuten im Ofen backen.

TIPP: Man kann statt Champignons auch ca. 2 cm dicke Zucchinischeiben verwenden und die Füllung daraufsetzen.

Hinweis: Jeder Herd ist anders. Bitte passen Sie die individuell benötigte Zeit und Temperatur gegebenenfalls entsprechend an.

Meine Notizen

.....

.....

Wir wünschen Ihnen viel Freude bei der Zubereitung!