

Rezept

Gefüllte Champignons auf Zucchini

Ein Rezept von Gefüllte Champignons auf Zucchini, am 09.06.2026

Zutaten

4 große Champignons (à ca. 40 g)	1 kleine Zwiebel
2 TL Olivenöl	2 Stängel Thymian
Salz	Pfeffer
50 g Ziegenfrischkäse	25 g Magerquark
200 g Zucchini	2 TL Apfeldicksaft zum Beträufeln
Fett für die Form	

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min
| **Pro Portion** Ca. 194 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200° vorheizen. Champignons putzen, die Stiele herausdrehen und fein hacken. Zwiebel schälen und fein würfeln, in einer beschichteten Pfanne in 1 TL Öl mit den Champignonstielen dünsten, bis alle Flüssigkeit verdampft ist.
2. Thymian waschen, trockenschütteln und die Blättchen abzupfen. Zwei Drittel davon zu den gedünsteten Champignons geben. Salzen, pfeffern und etwas abkühlen lassen.
3. Champignonmasse mit Frischkäse und Quark verrühren und in die Pilzhüte füllen. In eine gefettete Auflaufform setzen. Im Ofen (Mitte, Umluft 180°) ca. 20 Min. backen.
4. Inzwischen Zucchini waschen, putzen und in Scheiben schneiden. Im restlichen Öl von beiden Seiten anbraten. Mit Salz, Pfeffer und übrigem Thymian würzen und auf zwei Teller verteilen. Die Champignons darauf setzen und mit etwas Apfeldicksaft beträufeln.