

Rezept

Rondini mit Reisfüllung

Ein Rezept von Rondini mit Reisfüllung, am 09.09.2024

Zutaten

300 ml Gemüsebrühe	100 g roter Camargue-Reis
4 Rondini	150 g Spinat (oder 100 g aufgetauter TK-Spinat)
2 Tomaten	½ Bund Petersilie
4 Stängel Minze	1 große Zwiebel
2 Knoblauchzehen	3-4 EL Öl
Salz	Pfeffer
150 g cremiger Ziegenfrischkäse	Chilipulver

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Pro Portion** Ca. 365 kcal

Zubereitung

1. Gemüsebrühe in einem Topf zum Kochen bringen, Reis einstreuen und zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 30 Min. kochen, bis er fast gar, aber noch leicht bissfest ist. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, dabei die Brühe auffangen.
2. Inzwischen von den Rondini einen Deckel abschneiden. Das Fruchtfleisch mit einem Löffel bis auf einen ca. 5 mm breiten Rand und Boden herauslösen. Ein Drittel vom Fruchtfleisch klein hacken, dabei nur festes, möglichst faserfreies Fruchtfleisch verwenden. Den Spinat waschen, verlesen und in einem Topf bei großer Hitze zusammenfallen lassen. Diesen oder den aufgetauten TK-Spinat in ein Sieb geben (gekochten kalt abbrausen), abtropfen lassen, gut ausdrücken, anschließend fein hacken. Tomaten waschen und in kleine Würfel schneiden, dabei die Stielansätze abschneiden. Kräuter waschen, trocken tupfen und die Blättchen hacken.
3. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin goldgelb andünsten. Gehacktes Zucchinifleisch dazugeben und bei großer Hitze unter Rühren 2-3 Min. braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Vom Herd nehmen und mit Spinat, Tomaten und Reis mischen, Frischkäse unterrühren, Kräuter unterheben und alles mit Salz, Pfeffer und 2 Msp. Chili würzen.
4. Den Backofen auf 180° vorheizen. Eine Auflaufform mit reichlich Öl ausstreichen. Die Rondini innen salzen und pfeffern, die Reismasse einfüllen und die Deckel auflegen. Rondini rundum mit Öl einpinseln, in die Form setzen und im Ofen (Mitte, Umluft 160°) 50-60 Min. garen; dabei nach ca. 20 Min. gerade so viel Brühe angießen, dass die Rondini ca. ½ cm tief darin stehen). Zwischendurch die Rondini eventuell nochmals ölen.
5. Fertig gegarte Rondini aus dem Ofen nehmen, kurz abkühlen lassen und mit einem Salat oder der Tomatensauce von Seite 89 servieren.