

## Hirse-Gemüse-Pfanne

### Zutaten für 4 Portionen:

200 g Hirse	2 EL Olivenöl
800 ml Gemüsebrühe	Salz, Pfeffer
2 Zucchini	4 TL Kräuter de Provence
20 Kirschtomaten	50 g Sonnenblumenkerne, geröstet 150 g Mozzarella
400 g gelbe Paprikaschoten	Etwas Crema di Balsamico

### Zubereitung:

Hirse in einem Sieb mit heißem Wasser abspülen, bis das austretende Wasser klar bleibt, dann gut abtropfen lassen.

Hirse in einem Topf mit 600 ml Gemüsebrühe aufkochen und nach Packungsanleitung zugedeckt bei kleiner Hitze 25 Minuten köcheln, danach 10 Minuten quellen lassen.

Inzwischen Zucchini putzen, waschen und trockenreiben. Längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden.

Tomaten waschen und halbieren. Paprikaschote vierteln, entkernen, waschen und in kurze Streifen schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen, Paprika und Zucchini zugeben und unter Rühren bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten andünsten. Mit Salz, Pfeffer und Kräutern de Provence würzen. Restliche Gemüsebrühe zugeben, aufkochen und das Gemüse etwa 5 Minuten köcheln lassen.

Hirse und Tomaten zum Gemüse geben und untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Mozzarella würfeln und mit gerösteten Sonnenblumenkernen und Crema di Balsamico auf der Hirse-Gemüse-Pfanne verteilen.