

Gefüllte Zucchiniblüten (Vorspeise oder Beilage)

Zutaten:

8 Zucchiniblüten – 150 g Ricotta – EL Olivenöl – 1 kleine Zucchini – 2 Schalotten – 8 Stängel Petersilie – 1 Ei – 50 g geriebener Parmesan – Salz – Pfeffer – Muskatnuss

Zubereitung:

- Zucchiniblüten vorsichtig waschen und trocken tupfen (sie sind sehr empfindlich und gehen leicht kaputt), etwas auseinander ziehen und den Stempel herausschneiden
- Eine flache Auflaufform mit etwas Olivenöl auspinseln
- Zucchini waschen und auf der Küchenreibe fein raspeln
- Schalotten schälen und fein würfeln
- Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Schalotten darin andünsten. Zucchiniraspel zugeben und bei geringer Hitze 5-10 Minuten dünsten bis die Flüssigkeit verdunstet ist. Abkühlen lassen
- Ofen auf 180°C (Ober- und Unterhitze) vorheizen
- Petersilie waschen und trocknen, die Blättchen abzupfen und fein hacken
- Ricotta und Ei zu den Zucchiniraspel geben und gründlich verrühren
- Petersilie und Parmesan untermischen und mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig würzen
- Die Ricotta-Zucchini-Masse vorsichtig in die Zucchiniblüten füllen und die Blütenspitzen vorsichtig zusammendrehen
- Die gefüllten Blüten in die Form legen und mit etwas Olivenöl beträufeln
- Im Ofen ca. 10-15 Minuten garen bis die Blüten leicht gebräunt sind

Wir wünschen guten Appetit!

