



Zucchini-Blüten mit Ricotta gefüllt auf Zucchini-Scheiben

Obwohl man beim Stöbern in Rezept-Blogs selten darauf trifft, ist es doch naheliegend, die delikaten Zucchini-Blüten auf einem Bett aus Zucchini anrichten. Die Blüten lassen sich gut befüllen, der milde Ricotta bietet sich da geradezu an. Nur leicht gewürzt konkurrenziert er den feinen, leichten Honiggeschmack nicht allzu stark. Etwas kräftiger ist des Zucchini-Bett: Dünne Zucchini-Scheiben werden in, mit Knoblauch aromatisiertem, Olivenöl ganz leicht angeröstet. Darauf werden die Zucchini-Blüten gelegt und im Ofen leicht überbacken.

Zutaten (2 Vorspeisen)

6-8 Zucchini-Blüten
1 Zucchini
70g Ricotta
40g Vollrahm
2 Knoblauchzehen
Kräutersalz, Pfeffer
Olivenöl
Sonnenblumenöl

Zubereitung

Die Zucchini-Blüten sind sehr fein und fragil, entsprechend sorgfältig müssen sie behandelt werden.

Zucchini-Blüten unter fließendem Wasser abspülen, abtropfen lassen und auf Haushaltspapier auslegen.

Enden der Zucchini kappen und die Zucchini mit einem Gemüsehobel längs in 1-2mm dicke Scheiben schneiden.

Knoblauch in Scheiben schneiden, zusammen mit 3-4 El Olivenöl in eine Bratpfanne geben und langsam aufheizen bis der Knoblauch leicht zu brutzeln beginnt. Temperatur reduzieren und den Knoblauch ca. 5 Minuten dünsten lassen, dabei ab und zu wenden. Knoblauch mit einer Gabel leicht ausdrücken aus dem Öl fischen.

Temperatur wieder erhöhen, Zucchinischeiben in das Öl legen, mit etwas Kräutersalz bestreuen und auf jeder Seite 2-3 Minuten leicht bräteln lassen. Sie sollten dabei höchstens leicht braun werden.

Zucchinischeiben zum entfetten lagenweise auf Haushalt auslegen.

Ricotta und Vollrahm vermischen und zurückhalten mit Kräutersalz und Pfeffer würzen.

Ofen auf 200° vorheizen.

Stempel vorsichtig aus der Blüte herausklauben, Blüte mit dem Ricotta-Rahmgemisch füllen.

Zucchinistreifen in einer Gratinform auslegen, dabei die Streifen je einmal überschlagen. Gefüllte Blüten darauflegen und mit Sonnenblumenöl grosszügig einpinseln.

In die Mitte des Ofens einschieben und 6 Minuten überbacken.







