



## Zucchettisalat mit Sauerrahm, Gewürzöl und Ei

Zucchettis werden zumeist gekocht als Gemüse zubereitet, sie eignen sich aber auch roh für einen Salat. Wie bei einem Gurkensalat lohnt es sich den Zucchettis zuerst mittels Salz einen Teil des Wasser zu entziehen. Der Salat wird so knackiger und aromatischer.

Die Sauce enthält reichlich Sauerrahm, dieser und die Zucchettis absorbieren viel Gewürz, man darf da grosszügig mit pikanteren Ingredienzen umgehen: Ich habe den Salat mit Peperoncini gewürztem Olivenöl gewürzt und abgeschmeckt.

Der Salat passt sehr gut zu Grilladen. Oder als Vegivariante: "Gschwellti" mit Zucchettisalat.

### Zutaten (3-4 Beilagen)

- 3 mittelgrosse Zucchetti (ca. 600g)
- 2 Datteltomaten
- 1 hartgekochtes Ei
- Salz, Paprika süss

### Sauce:

- 3 Frühlingszwiebeln
- 60g Sauerrahm (3 El)
- 1El Olivenöl
- 1El Olivenöl mit Peperoncino
- 1El weisser Balsamico
- 1 Knoblauchzehe
- 1El italienische Kräuter (getrocknet)
- Kräutersalz, Pfeffer

## Zubereitung

Ei(er) hart kochen.

Die Enden der Zucchini abschneiden und die Zucchini halbieren. Kerne entfernen (so ungefähr) und durch die Rösiraffel in ein Sieb treiben. Salzen, gut vermischen und eine halbe Stunde ziehen lassen.

Derzeit die Sauce zubereiten:

Frühlingszwiebeln fein hacken und mit den anderen Saucenzutaten vermischen. Die Knoblauchzehe dazupressen, nochmals mischen und etwas ziehen lassen.

Gesalzene Zucchini von Hand auspressen und in eine Schüssel geben. Sauce zugeben, vermischen. Mit Pfeffer, Gewürzöl und Balsamico abschmecken.

Tomaten entkernen und zu kleinen Würfeln schneiden. Dem Salat untermischen. Salat anrichten und mit dem halbierten Ei garnieren. Das Ei mit etwas Paprika bestreuen.





*Mit Salz bestreute Zucchini ziehen lassen.*



