

Zucchini Blüten mit Ricotta

Die vorzüglichen Zucchini Blüten mit Ricotta sind ein köstliches Rezept für eine raffinierte, mediterrane Vorspeise oder Beilage.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 30 min

Gesamtzeit: 50 min



Zutaten

12 Stk.	Zucchini Blüten
3 EL	Olivenöl extra vergine
2 Stk.	Zucchini (kleine)
2 Stk.	Schalotten
8 Stängel	Petersilie
2 Stk.	Eier
200 g	Ricotta
50 g	Parmesan (gerieben)
1 Prise	Muskatnuss
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Die **Zucchini Blüten** vorsichtig waschen und trocken tupfen. Die Blüten behutsam aufbiegen und die Blütenstempel ausschneiden oder herausdrehen. Den Backofen auf 180° C Ober-/Unterhitze vorheizen und eine flache, ofenfeste Form oder Backblech mit etwas Olivenöl auspinseln.
2. Die kleinen Zucchini waschen, putzen und grob raspeln. Die Schalotten schälen und fein würfeln. Zwei Esslöffel Öl in einer Pfanne erhitzen und die Schalotten darin glasig andünsten. Dann die Zucchini raspeln hinzufügen und bei geringer Hitze zirka 10 Min. dünsten, bis die Flüssigkeit verdunstet ist und die Zucchini leicht gebräunt sind. Die Zucchini raspeln in eine Schüssel geben und abkühlen lassen.
3. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und die Blättchen von den Stängeln zupfen. Fein

hacken. Eier und **Ricotta** zu den Zucchiniraspeln geben und alles gründlich verrühren. Petersilie und geriebenen Parmesan unterheben und mit Salz, Pfeffer und geriebenen Muskat würzen. Die Ricotta-Zucchini-Masse behutsam mit einem Teelöffel in die Blüten füllen und die Blütenspitzen vorsichtig zusammendrehen.

4. Die gefüllten Zucchiniblüten in die vorbereitete Form legen und mit dem übrigen Öl beträufeln oder bepinseln. Im vorgeheizten Backofen auf mittlerer Schiene zirka 20 Min. garen, bis die Blüten leicht gebräunt sind.

Tipp

Serviere die Zucchiniblüten solo als köstliches kleines Gericht oder als beeindruckende Vorspeise. Für noch mehr Geschmackserlebnis kannst du eine feine Tomatensauce dazu reichen.