

Zucchini-Aufstrich

Kategorie: Fingerfood, Dips und Aufstriche - Aufwand: mittel - Preis: gering - für Gruppen: ja - vegetarisch: ja

Zutaten

- 2 Eier
- 300 g feste Zucchini
- Salz
- 1 kleine Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Pflanzenöl
- 2 EL Crème fraîche
- Pfeffer
- 0,5 Bund Petersilie

(Angaben für 8 Personen)



Brotaufstriche, die aus Gemüse zubereitet werden, bilden eine schöne Abwechslung zu Käse und Wurst und liefern zudem gleich noch wertvolle Vitamine.

Zubereitung

Die Eier hart kochen. Die Zucchini fein raspeln, leicht salzen und 5 Minuten ruhen lassen.

Die Zwiebel und den Knoblauch fein hacken und in Öl glasig dünsten. Die Zucchini hinzufügen und 10 Minuten mitdünsten. Die Flüssigkeit abgießen und die Masse auskühlen lassen.

Die Eier fein hacken und mit der Crème fraîche unter die Zucchini-Masse rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Petersilie hacken und bis auf einen Rest unterrühren und den Rest zur Dekoration verwenden.