

Rezept

Ährenbrot mit Zucchini-Ricotta

Ein Rezept von Ährenbrot mit Zucchini-Ricotta, am 28.06.2026

Zutaten

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
200 g Zucchini	30 g Pinienkerne
1 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer	250 g Ricotta
3 EL Basilikumpesto	400 g Pizzateig (Kühlregal)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Brot (8 Stücke) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 245 kcal, 13 g F, 8 g EW, 25 g KH

Zubereitung

1. Zwiebel und Knoblauch schälen und würfeln. Zucchini waschen, putzen und ½ cm groß würfeln. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett hellbraun rösten. Herausnehmen. Das Olivenöl in der Pfanne erhitzen, Zucchini mit Zwiebel und Knoblauch darin in ca. 5 Min. bei großer Hitze hellbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Pfanne nehmen und in einer Schüssel mit dem Ricotta mischen. Nochmals mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Ofen auf 180° vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Teig entrollen, Papier abziehen und den Teig ca. 28 × 45 cm groß ausrollen. Mit dem Pesto bestreichen, dabei einen ca. 1 cm breiten Rand freilassen. Die Zucchini-Ricotta-Mischung darauf verteilen und glatt streichen. Die Pinienkerne darüberstreuen.
3. Teig von einer schmalen Seite her aufrollen. Teigrolle mit der Naht nach unten auf das Backblech legen. Die Rolle mit einem scharfen Messer von oben schräg auf einer Seite etwa alle 4 cm tief ein-, aber nicht durchschneiden, ein Viertel der Rolle sollte zusammenhängen.
4. Jeden zweiten Teigabschnitt vorsichtig auf die gegenüberliegende Seite der Rolle drehen, sodass ein Ährenmuster entsteht (s. auch S. 29). Das Brot im heißen Ofen (Mitte) ca. 45 Min. backen. Herausnehmen und am besten noch warm genießen.