

Rezept

Gefüllte Zucchini Blüten mit Ricotta-Basilikum-Creme

Ein Rezept von Gefüllte Zucchini Blüten mit Ricotta-Basilikum-Creme, am 20.06.2026

Zutaten

Für die Füllung

| | |
|---|--------------------------------------|
| 250 g Ricotta | 1 Handvoll Basilikumblättchen |
| 20 g Parmesan | 1 EL Semmelbrösel |
| 30 g Pinienkerne | 1 Eigelb |
| etwas fein abgeriebene Zitronenschale von 1 Bio-Zitrone | Meersalz |
| eine gute Prise Cayennepfeffer | schwarzer Pfeffer (aus der Mühle) |

Außerdem

| | |
|--|---------------------------|
| 10 Zucchini Blüten | 1 EL weiche Butter |
| 2 EL Olio extra vergine di Oliva con limone (Zitronen-Olivenöl) | |

Rezeptinfos

Portionsgröße 10 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 125 kcal

Zubereitung

1. Ricotta in eine Rührschüssel geben, Basilikumblättchen grob zerzupfen und einrühren. Parmesan hinein reiben, Semmelbrösel, Pinienkerne, Eigelb, Zitronenschale und Gewürze zugeben.
2. Masse kurz püriere, ggf. mit Salz und Pfeffer abschmecken und in einen Einmal-Spritzbeutel füllen.
3. Zucchini-Stängel jeweils längs mehrmals einschneiden, dabei an der Blüte zusammen lassen. Blüte vorsichtig mit den Fingern leicht öffnen und Blütenstempel mit den Staubgefäßen abknipsen und entfernen.
4. Die Spitze des gefüllten Spritzbeutels ca. 1 cm abschneiden. Füllung nach und nach in die Blüten hineinspritzen. Anschließend Blütenspitzen leicht zusammendrehen, sodass sie verschlossen sind.
5. Zucchini Blüten in eine gebutterte Auflaufform setzen. Etwas Zitronen-Olivenöl darüberträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen.

6. Im heißen Ofen (180 Grad, mittlere Schiene) ca. 12-15 Minuten garen. Form aus dem Ofen nehmen, Parmesan drüber hobeln, und mit Basilikum und etwas Zitronenschale garnieren. Nach Wunsch mit etwas Meersalz bestreuen und mit Zitronen-Olivenöl beträufeln. Mit Ciabatta oder Baguette servieren!