

Rezept

Kräuter-Zucchini

Ein Rezept von Kräuter-Zucchini, am 09.06.2026

Zutaten

600 g Zucchini	2 kleine Knoblauchzehen
100 ml Olivenöl	60 ml Rotweinessig
je 3 EL fein gehackte Minze- und Basilikumblättchen	Salz
Pfeffer	1-2 Prisen Zucker

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 260 kcal

Zubereitung

1. Die Zucchini waschen, putzen und auf der Gemüseribe grob raspeln. Knoblauch schälen und fein hacken. Mit Öl und Essig in einem kleinen Topf verrühren, erhitzen und zu den Zucchini geben. Minze und Basilikum untermischen.

2. Kräuter-Zucchini kräftig mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken, abkühlen lassen und servieren. Oder in ein sauberes Schraubglas oder eine Plastikdose mit Deckel füllen und in den Kühlschrank stellen.