Küchen Götter
GU Rezepte

Rezept

Marinierte Zucchini

Ein Rezept von Marinierte Zucchini, am 11.11.2026

Zutaten

500 g	kleine Zucchini
6 EL	Olivenöl
	Pfeffer, frisch gemahlen
20	Minzeblättchen
100 ml	Weißweinessig
2	Knoblauchzehen
	Salz
20	Basilikumblättchen
20	Petersilienblättchen

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 165 kcal

Zubereitung

1. Zucchini waschen, trockentupfen und in ½ cm dicke Scheibchen schneiden. Den Knoblauch schälen.

2. Das Öl erhitzen und die Zucchinischeiben darin hellbraun braten, den Knoblauch dazupressen und kurz mitbraten. Das Gemüse aus der Pfanne nehmen und in eine Schüssel geben, mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Die Kräuter fein hacken und mit dem Essig verrühren. Die Mischung über die Zucchini gießen und alles vermengen. Zugedeckt für mindestens 3 Std. kalt stellen, hin und wieder wenden.

4. Die Zucchini 20 Min. vor dem Servieren aus dem Kühlschrank nehmen und Zimmertemperatur annehmen lassen.