

Rezept

ZUCCHINI-DILL-KÜCHLEIN

Ein Rezept von ZUCCHINI-DILL-KÜCHLEIN, am 25.06.2026

Zutaten

1 Bund Dill	200 g Sahne-Naturjoghurt
1 EL Zitronensaft	Meersalz
frisch gemahlener schwarzer Pfeffer	600 g kleine Zucchini
60 g Feta-Schafskäse	2 Frühlingszwiebel
1-2 Knoblauchzehen	1 TL gemahlener Kreuzkümmel
1 Ei (M)	50-75 g Mehl (Type 550)
Pflanzenöl zum Braten	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 16 - 18 KÜCHLEIN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 50 kcal

Zubereitung

1. Für die Joghurtcreme Dill abbrausen, trocken schütteln und die Spitzen fein hacken. 1 EL gehackten Dill (Rest für die Küchlein aufheben) mit dem Joghurt und dem Zitronensaft verrühren. Die Creme mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann kalt stellen.
2. Die Zucchini waschen, putzen und fein reiben, es sollten 500 g Zucchiniraspel sein. Diese sehr gut ausdrücken (siehe Tipp), sodass die Raspel nun nicht mehr als 300 g wiegen, und in eine Schüssel geben.
3. Den Feta fein über die Zucchiniraspel krümeln. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und fein hacken, Knoblauch schälen und fein reiben. Beides mit dem restlichen gehackten Dill unter die Zucchini mengen. Die Mischung würzig mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer abschmecken. Dann noch das Ei und das Mehl unterrühren.
4. In eine große Pfanne ca. ½ cm hoch Öl gießen und erhitzen. Nach und nach mit einem Esslöffel etwas Zucchini-creme abnehmen und als kleines Häufchen ins Öl setzen, mit dem Löffelrücken flach drücken. Die Küchlein bei mittlerer Hitze von jeder Seite in 2 - 3 Min. goldbraun braten, dann auf Küchenpapier entfetten und noch heiß mit der Joghurtcreme servieren.