Rezept

Zucchini-Basilikum-Aufstrich

Ein Rezept von Zucchini-Basilikum-Aufstrich, am 21.05.2025

Zutaten

400 g	junge Zucchini
1	getrocknete Chilischote
2 Bund	Basilikum
	Salz
3	Knoblauchzehen
6 EL	kalt gepresstes Olivenöl
2 TL	Zitronensaft
	Pfeffer, frisch gemahlen

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Pro Portion** Ca. 155 kcal

Zubereitung

1. Die Zucchini waschen, putzen und würfeln. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Chilischote zerkrümeln.

2. In einem Topf 2 EL Öl erhitzen. Zucchini mit Knoblauch und Chili darin anbraten, dann zugedeckt bei schwacher Hitze in 15 Min. weich schmoren.

3. Inzwischen die Basilikumblättchen von den Stängeln zupfen. Ein paar Blättchen in Streifen schneiden und beiseite legen, Rest grob hacken.

4. Die Zucchini etwas abkühlen lassen, dann mit dem gehackten Basilikum und dem übrigen Öl mit dem Pürierstab fein pürieren. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken, die Basilikumstreifen unterheben.