

## Rezept

# Zucchini mit Salbei-Zwiebel-Dip

Ein Rezept von Zucchini mit Salbei-Zwiebel-Dip, am 30.03.2023

## Zutaten

<b>1 Bund</b> Frühlingszwiebeln	<b>10</b> frische Salbeiblättchen
<b>2 EL</b> Olivenöl	<b>2</b> große Zucchini
Salz	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
<b>200 g</b> Magerquark	<b>100 g</b> fettarmer Frischkäse (5 % Fett absolut)
<b>30 g</b> Parmesan am Stück	scharfes Paprikapulver

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 352 kcal

## Zubereitung

1. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in Ringe schneiden. Die Salbeiblätter waschen, trocken schütteln und fein hacken. 1 TL Öl in einem kleinen Topf erhitzen, die Zwiebeln und den Salbei darin leicht anschwitzen. Den Topf vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen.
2. Inzwischen die Zucchini waschen und putzen, längs in dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben portionsweise in einer großen beschichteten Pfanne in jeweils wenigen Tropfen Olivenöl goldbraun braten, zwischendurch mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Den Quark zunächst mit dem Frischkäse verrühren, dann die Frühlingszwiebel-Salbei-Mischung einrühren. Den Dip mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Die Zucchini auf Tellern anrichten, den Salbei-Zwiebel-Dip dazugeben. Vom Parmesan mit einem Sparschäler Späne abhobeln und diese über die Zucchini verteilen. Etwas Paprikapulver über den Dip streuen.