

Rezept

Zuckerfreie Zucchini-Feta-Päckchen

Ein Rezept von Zuckerfreie Zucchini-Feta-Päckchen, am 27.04.2024

Zutaten

1 EL edelsüßes Paprikapulver

1 TL Salz

2 Zucchini

1 TL geräuchertes Paprikapulver

½ TL getrockneter Oregano

400 g Feta-Schafskäse

Außerdem

V-Hobel

12 kleine Holzspieße

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 12 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 100 kcal, 8 g F, 6 g EW, 1 g KH

Zubereitung

1. Für die Gewürzmischung die beiden Paprikapulver, Salz und Oregano in einer Schüssel vermischen.

2. In einem Topf Wasser zum Kochen bringen. Die Zucchini waschen, putzen und mit einem Hobel längs in feine Streifen schneiden. Die Scheiben im kochenden Wasser kurz blanchieren, bis sie biegsam sind. Dann herausheben und auf einem Küchentuch ab-tropfen lassen.

3. Den Schafskäse in zwölf gleich große Stücke schneiden und in der Gewürzmischung wenden.

4. Je zwei Zucchinischeiben über Kreuz aufeinanderlegen und ein Käsestück in die Mitte setzen. Die Zucchini-scheiben über dem Käse zusammenlegen und mit einem Holzspieß fixieren.

5. Den Grill anheizen und den Grillrost heiß werden lassen. Die Zucchini-Feta-Päckchen auf beiden Seiten grillen, bis der Käse weich ist.