

Zucchini-Puffer mit Käse-Paste und grünem Salat

Für zwei Personen

Für die Puffer:

1 Zucchini	$\frac{1}{2}$ Bund Frühlingszwiebeln	100 g Feta
1 Ei	$\frac{1}{2}$ Bund Minze	$\frac{1}{2}$ Bund Dill
$\frac{1}{2}$ TL Oregano	2 EL Semmelbrösel	2 EL Mehl
1 TL Backpulver	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Fetacreme:

1 grüne Peperoni	1 Kalamata-Olive	200 g Feta
2 EL griechischer Joghurt	2 EL Rotweinessig	3 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für den Dip:

1 Zitrone	200 g griech. Joghurt	2 EL Olivenöl
4 Blätter Minze		

Für den grünen Salat:

1 Romanasalat	1 rote Paprikaschote	1 Karotte
1 Zitrone	50 g Pinienkerne	1 TL Senf
1 TL Honig	50 ml Olivenöl	1 EL Dill
1 EL glatte Petersilie	Salz	Pfeffer

Für die Puffer: Die Zucchini waschen, trockentupfen und raspeln, dann das überschüssige Wasser ausdrücken. Frühlingszwiebeln putzen, waschen, trockentupfen und fein schneiden. Minze und Dill abbrausen, trockenwedeln und hacken.

Zucchini mit Frühlingszwiebeln, Minze, Dill, Oregano, Ei, Semmelbrösel, Mehl, Backpulver, Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben und mischen.

Feta klein schneiden und dazugeben. Je nach Bindung der Masse evtl.

etwas mehr Mehl hinzufügen. Aus der Masse Puffer formen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Puffer in Semmelbrösel wenden und von beiden Seiten goldgelb anbraten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Fetacreme: Peperoni abbrausen, trockentupfen, der Länge nach halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. Feta grob zerkleinern. Peperoni, Feta, Joghurt, Rotweinessig und Olivenöl in einen Mixer geben und alles zu einer glatten Creme verarbeiten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Creme mit Olive garnieren.

Für den Dip: Zitronenschale abreiben, anschließend Zitrone halbieren und auspressen.

Joghurt mit 1 EL Zitronensaft, Abrieb, Olivenöl und Salz und Pfeffer verrühren. Minze hacken und unterheben. kuechenschlacht.zdf.de **Für den grünen Salat:** Romanasalat waschen, trockentupfen, Strunk entfernen und klein schneiden. Paprika waschen, trockentupfen, halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien, dann in feine Streifen schneiden.

Karotte schälen und raspeln. Dill und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein schneiden. Romanasalat, Paprika, Karotte, Dill und Petersilie in eine Schüssel geben.

Zitrone halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Zitronensaft, Senf, Honig und Olivenöl in ein Schraubglas geben, verschließen und gut schütteln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Über den Salat geben und 10 Minuten ziehen. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten und über den Salat streuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Despina Zikos am 16. Juni 2021