



Zucchini-Aufstrich mit Ricotta, Walnüssen & getrockneten Tomaten

Rezept von Henriette Wulff, Kochbuch-Autorin & TV- und Show-Köchin

ZUTATEN

50 g Walnüsse

200 g Zucchini

Salz

60 g getrocknete Tomaten in Öl

1 Handvoll Basilikumblätter

250 g Ricotta

Schalenabrieb von 1 unbehandelten Zitrone

1-2 Prisen Chiliflocken (ohne Kerne)

Frisch gemahlener, schwarzer Pfeffer

ZUBEREITUNG

Die Walnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Temperatur anrösten. Die Nüsse abkühlen lassen.

Die Zucchini grob raspeln und mit zwei Prisen Salz vermengen. Die Zucchiniraspeln 5 Minuten ziehen lassen.

Währenddessen die getrockneten Tomaten in etwa 1 cm kleine Stücke schneiden. Die Basilikumblätter fein hacken.

Möglichst viel Flüssigkeit aus den Zucchiniraspeln herausdrücken. Die Flüssigkeit wird nicht benötigt.

Die Zucchiniraspeln mit den Walnüssen, getrockneten Tomaten, Basilikum, Ricotta, Zitronenschalenabrieb und Chiliflocken verrühren. Nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.