



Ein Rezept von Vera Spellerberg

Zucchini-aufstrich



Zutaten

½ Zucchini
1 Päckchen Quark 20%
Salz, Pfeffer, Curry
1 EL Olivenöl
1 TL Mayonnaise
1 TL Essig
1 TL gehackter Dill

Zubereitung

- Zucchini waschen, fein würfeln und in Olivenöl gardünsten, mit Salz und Pfeffer würzen.
- Aus allen Zutaten, mit fein gehacktem Dill eine Creme zubereiten, die Zucchiniwürfel unterziehen und servieren.

Passt zu Pellkartoffeln, Fleisch, Fisch und als Dip zu Gemüsesticks!