

Schafskäse im Zucchini-mantel



dickkuechen.de

Zutaten (für 4 Personen)

- 1 Zucchini
- 200 g Schafskäse
- Salz, Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitung

1. Zucchini längs in dünne Scheiben schneiden und in einen gelochten Behälter geben.

Dampfgaren 100°C / 1 Minute

Druckdampfgaren 100°C / 1 Minute

2. Schafskäse in 2 cm breite Streifen schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Gewürzten Schafskäse mit den Zucchinischeiben umwickeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend mit Olivenöl beträufeln und in einem gelochten Behälter in den Dampfgarer geben.

Dampfgaren 100°C / 3 Minuten

Druckdampfgaren 100°C / 3 Minuten

4. Nach dem Garen die Zucchini-Schafskäserollen auf einem Tomaten-Basilikum-Spiegel mit Stangenweißbrot servieren.

Zubereitungstipps

Zucchini stammen aus der Familie der Kürbisse. Neben den weitverbreiteten grünen Zucchini gibt es auch noch gelbe und zart grüne Arten. Die kleinen Zucchini schmecken zarter und aromatischer als die größeren. Ab einer Länge von 20 cm sollten sie nicht mehr zum Kochen verwendet werden. Es gibt sehr vielseitige Zubereitungsarten: Man kann Zucchini garen, dünsten, braten, grillen oder frittieren.